In edicola da gennaio

ANCHE IN VERSIONE DIGITALE A 3,50€

PDF

Scansiona il QR Code

Prenota la tua copia su www.sprea.it/frittelle

Sommario dicembre/gennaio

Frittelle & chiacchiere

Specialità regionali

Friciò 8
Semolini 9
Latte dolce fritto 10
Bugie di Carnevale 11
Tortelli 12
Frittelle mantovane 13
Fritole veneziane 14
Crema fritta 15
Crostoli 16
Castagnole 17
Frittelle di mele 18
Sgonfiotti 19
Strauben 20
Krapfen 21
Sfrappole 22
Tagliatelle fritte 23
Cenci 24
Frittelle di riso 25
Frappe 26
Arancini dolci 27
Cicerchiata 28
Chiacchiere napoletane 29
Struffoli 30
Graffe 31
Chiacchiere 32
Zeppole 33
Pignolata 34
Bignole 35
Palline al Passito 36
Cannoli 37
Cattas 38

Per tutti i gusti

Amaretti fritti 40
Coriandoli ubriachi 41
Frittelle alla crema caramellate 42
Dischetti farciti al miele 43
Frittelle alla menta 44
Girandole di spezie 45
Gelato fritto 46
Mezzelune di ricotta 47
Palline di pane fritte 48
Frittelline di ricotta 49
Palline allo zafferano 50
Frittelle dolci di polenta 51
Cuscinetti al limoncello 52
Frittelle al cacao 53
Meraviglie fritte 54
Frittelle di mais 55
Frittelle al miele 56
Praline di Carnevale 57
Spirali al cacao 58
Frittelle ubriache 59
Ciambelle fritte 60

A base di frutta

Ravioli datteri e noci 62
Bocconcini di castagne 63
Frittelle di prugne e datteri 64
Mele fritte 65
Mirtilli fritti 66
Spiedini di frutta fritta 67
Frittelle di castagne 68
Frittelle di pera 69
Frutta caramellata 70
Banane fritte alla cannella 71
Frittelle nere 72
Delizie alle prugne 73
Frittelle dolci di zucca 74
Frittelle di mele e uvetta 75
Caramelle all'arancia 76
Frittelle del bosco 77
Bigné di banane 78
Panzerotto di mele 79

QUESTA CARTA RISPETTA L'AMBIENTE

ABBONATI SUBITO!

SCONTO DEL 15%
1 anno 6 numeri

19,90€ invece di ~~23,40€~~

Potrebbero interessarti anche:

Abbonamento Di Dolce in Dolce
17,90€ sconto del 14%

Le Borse di Mirtilla
5,90€ su www.sprea.it

COUPON DI ABBONAMENTO

Sì! Mi abbono a Cucina Tradizionale

Riceverò 6 numeri a soli 19,90 euro anziché ~~23,40~~ euro con lo sconto del 15%

❏ **Inviate Cucina tradizionale al mio indirizzo:**

Cognome e Nome

Via N.

Località CAP Prov.

Tel. email

❏ **Scelgo di pagare così:**

❏ Con bonifico IBAN IT40H0760101600000091540716- intestato a Sprea S.p.A.

❏ Con il bollettino intestato a Sprea S.p.A. Via Torino 51, 20063 Cernusco S/Naviglio (MI) conto postale N° 000091540716

❏ Con carta di credito: ❏ Visa ❏ American Express ❏ Diners ❏ Mastercard

Numero

Scad. (mm/aa)

Codice di tre cifre che appare sul retro della carta di credito

Firma

❏ **Regalo Cucina tradizionale a (quindi non speditelo al mio indirizzo sopra) a:**

Cognome e Nome

Via N.

Località CAP Prov.

Tel. email

Il beneficiario del tuo abbonamento riceverà una mail dove gli verrà comunicato il regalo

Compila, ritaglia e invia questo coupon in busta chiusa a:
Sprea S.p.A. - Servizio abbonamenti - Via Torino 51, 20063 Cernusco Sul Naviglio (MI)
oppure invialo via mail

Accetto di ricevere offerte promozionali e di contribuire con i miei dati a migliorare i servizi offerti (come specificato al punto 1 dell'informativa privacy): ❏ SI ❏ NO

Accetto che i miei dati vengano comunicati a soggetti terzi (come indicato al punto 2 dell'informativa privacy): ❏ SI ❏ NO

OFFERTA VALIDA SOLO PER L'ITALIA

Tagliare lungo la linea tratteggiata - Puoi anche fotocopiarlo per non rovinare la rivista

PERCHÉ ABBONARSI:

- Prezzo della rivista bloccato per un anno
- Sicurezza di ricevere tutti i numeri

SCEGLI IL METODO PIÙ COMODO PER ABBONARTI:

CHIAMACI E ATTIVEREMO INSIEME IL TUO ABBONAMENTO

•**TELEFONA** al N. 02 87168197
Dal lunedì al venerdì dalle ore 9,00 alle 13,00 e dalle14,00 alle 18,00. Il costo massimo della telefonata da linea fissa è pari a una normale chiamata su rete nazionale in Italia.

•**ONLINE** www.sprea.it/cucinatradizionale

•**FAX** invia il coupon al N. 02 56561221

•**POSTA** Ritaglia o fotocopia il coupon seguendo le istruzioni a lato e inviacelo insieme alla copia della ricevuta di pagamento via fax o mail (abbonamenti@myabb.it).

•**CONTATTACI VIA SKYPE/WHATSAPP**

3206126518
Valido solo per i mesaggi

Informativa ex Art.13 LGS 196/2003. I suoi dati saranno trattati da Sprea SpA, nonché dalle società con essa in rapporto di controllo e collegamento ai sensi dell'art. 2359 c.c. titolari del trattamento, per dare corso alla sua richiesta di abbonamento. A tale scopo, è indispensabile il conferimento dei dati anagrafici. Inoltre previo suo consenso i suoi dati potranno essere trattati dalle Titolari per le seguenti finalità: 1) Finalità di indagini di mercato e analisi di tipo statistico anche al fine di migliorare la qualità dei servizi erogati, marketing, attività promozionali, offerte commerciali anche nell'interesse di terzi. 2) Finalità connesse alla comunicazione dei suoi dati personali a soggetti operanti nei settori editoriale, largo consumo e distribuzione, vendita a distanza, arredamento, telecomunicazioni, farmaceutico, finanziario, assicurativo, automobilistico e ad enti pubblici ed Onlus, per propri utilizzi aventi le medesime finalità di cui al suddetto punto 1) e 2). Per tutte le finalità menzionate è necessario il suo esplicito consenso. Responsabile del trattamento è Sprea SpA via Torino 51 20063 Cernusco SN (MI). I suoi dati saranno resi disponibili alle seguenti categorie di incaricati che li tratteranno per i suddetti fini: addetti al customer service, addetti alle attività di marketing, addetti al confezionamento. L'elenco aggiornato delle società del gruppo Sprea SpA, delle altre aziende a cui saranno comunicati i suoi dati e dei responsabili potrà in qualsiasi momento essere richiesto al numero +39 0287168197 "Customer Service". Lei può in ogni momento e gratuitamente esercitare i diritti previsti dall'articolo 7 del D.Lgs.196/03 – e cioè conoscere quali dei suoi dati vengono trattati, farli integrare, modificare o cancellare per violazione di legge, o opporsi al loro trattamento – scrivendo a Sprea SpA via Torino 51 20063 Cernusco SN (MI).

frittelle & chiacchiere: specialità regionali

I dolci fritti sono il simbolo del Carnevale e si preparano ovunque in Italia, con mille varianti. Possono essere frittelle rotonde (piccole o grandi, ripiene o no), di pasta tagliata a nastro o di pasta lievitata, ricoperte di miele o di creme. Anche i nomi variano, a volte da una città all'altra, ma la golosità rimane la stessa. Ecco dunque – da Nord a Sud – alcune delle preparazioni classiche della nostra tradizione.

Friciò

per 4 persone

250 ml di **latte**, 200 g di **farina**, 3 **uova**, 50 g di **uvetta sultanina** ben strizzata, 100 g di **zucchero semolato**, **sale**, 1 pizzico di **scorza di limone** grattugiata, **olio di semi** per friggere

Mettiamo in una ciotola la farina, versiamoci il latte poco per volta, in modo da ottenere una pastella piuttosto densa e liscia.
Uniamo il sale, la scorza grattugiata di limone, lo zucchero, poi, una alla volta, le uova. Incorporiamo anche l'uvetta ammollata e ben strizzata.
Riscaldiamo l'olio in una padella capiente e, quando è ben caldo ma non fuma, facciamoci cadere l'impasto aiutandoci con due cucchiaini.
I friciò si gonfieranno e si gireranno da soli.
Ricordiamoci di friggerne pochi alla volta e in olio abbondante.
Appena diventano gonfi e dorati scoliamoli su carta da cucina.
Serviamoli subito, spolverizzati con zucchero a velo.

da ricordare

Il termine "friciò" deriva dall'antico verbo dialettale "friciolé" che significa ovviamente friggere.

Semolini

500 ml. di **latte intero fresco**, 100 g di **semolino**, 1 **uovo** + 1 **tuorlo** + 2 **uova** per l'impanatura, 3 cucchiai abbondanti di **zucchero semolato**, **pangrattato** q.b., **olio di semi** per friggere

Scaldiamo in un pentolino dai bordi alti il latte con lo zucchero.

Quando il latte sarà caldo, togliamo il pentolino dal fuoco e versiamo a pioggia il semolino mescolando e amalgamando con l'aiuto di una frusta.

Rimettiamo sul fuoco e cuociamo per circa dieci minuti mescolando continuamente.

Trascorso il tempo, togliamo dal fuoco e aggiungiamo il tuorlo e l'uovo intero mescolando energicamente.

Versiamo il semolino dolce su un ripiano coperto di carta da forno e stendiamolo in modo che abbia uno spessore di circa 1,5 cm.

Facciamo raffreddare il semolino e poi tagliamolo a rettangoli con un coltello leggermente bagnato.

Sbattiamo 2 uova in una ciotola.

Impaniamo i semolini dolci passandoli prima nell'uovo sbattuto e poi nel pangrattato.

Friggiamoli in olio di semi fino a quando avranno formato una crosticina croccante e dorata.

Scoliamo e tamponiamo dall'olio, quindi serviamo i semolini caldi.

I semolini sono ingredienti obbligatori del "fritto misto alla piemontese", uno dei piatti più celebri di questa regione, insieme agli amaretti di Mombaruzzo e poi: animelle, cervella, filoni di fegato, salsiccia, crocchette di pollo e costollette d'agnello.

Latte dolce fritto

per 4 persone

1 l di **latte**, 150 g di **farina** "00", 150 g di **zucchero semolato**, 6 **uova**, scorza di 1 **limone**, ½ cucchiaino di **cannella** in polvere, 80 g di **pangrattato**, abbondante **olio** per friggere, **sale**, **zucchero** a velo q.b.

In una bastardella sgusciamo 3 uova e uniamo i tuorli delle altre 3, teniamo da parte gli albumi; aggiungiamo lo zucchero semolato e montiamo fino a ottenere un composto spumoso.

Incorporiamo la farina setacciata, insaporiamo con un pizzico di sale e diluiamo con il latte, versato a filo.

Poniamo la bastardella su fuoco medio e facciamo addensare mescolando in continuazione per 25 minuti: appena la crema comincerà a staccarsi dalle pareti del recipiente, spegniamo il fuoco.

Uniamo la scorza di limone grattugiata e la cannella.

Versiamo il composto su un piatto, largo dai bordi ampi, inumidito, formiamo uno strato di circa 2,5 cm di spessore, livelliamo e lasciamo raffreddare.

In una ciotola montiamo a neve fermissima gli albumi con una frusta elettrica.

Tagliamo con un coppapasta tondo la crema ormai solidificata e ricaviamone dei dischi, passiamoli negli albumi e, successivamente, nel pangrattato; friggiamo in abbondante olio bollente e scoliamoli con una schiumarola; adagiamoli su carta assorbente da cucina affinché perdano l'unto.

Spolverizziamo con zucchero a velo e serviamo caldissimi.

Questa preparazione fa parte del monumentale "fritto misto ligure" che si consiglia di accompagnare con un vino moscato Golfo del Tigullio DOC (ma v'è chi suggerisce anche uno Sciacchetrà).

Bugie di carnevale

per 4 persone

300 g di **farina** "00", 50 g di **burro**, 50 g di **zucchero**, 2 **uova** intere, la scorza grattugiata di un **limone**, 2 cucchiai di **vino bianco**, **olio** di semi di arachidi per friggere

Impastiamo velocemente tutti gli ingredienti fino a ottenere un impasto vellutato (se risultasse troppo asciutto possiamo allungarlo con dell'altro vino o con il succo di un'arancia ma attenzione, deve rimanere compatto).

da ricordare

Facciamolo riposare circa mezz'ora e poi tiriamo la sfoglia sottilissima.

Tagliamo la pasta con una rondella dando la classica forma rettangolare con due tagli al centro a ogni bugia oppure una forma a nostra scelta (strisce o quadrati).

Immergiamo le bugie nella pentola con abbondante olio di semi di arachidi caldissimo. Rigiriamole e, quando sono pronte, poniamole su carta da cucina.

Cospargiamo di zucchero a velo prima di servire.

Le bugie sono simili alle chiacchiere e a molti altri dolci fritti tradizionali, variano solo gli aromi di base; qui il vino e il limone ligure fanno la differenza.

Tortelli

per 8 persone

100 g di **farina** "00", 1 kg di **patate**, 100 g di **zucchero** semolato, **olio** di semi d'arachidi, 5 **uova**, la scorza grattugiata di 1 **limone** e di ½ **arancia**, **zucchero a velo** q.b., ½ bustina di **lievito** per dolci, **sale**

Avvolgiamo le patate ben lavate in un foglio di alluminio e cuociamole a 200 °C per 40 minuti, finché non diventano tenere.
Togliamole dal forno, peliamole e passiamole allo schiacciapatate provvisto di un disco a fori piccoli; facciamo cadere la purea in una ciotola capiente e lasciamola raffreddare.
Aggiungiamo la scorza di limone e d'arancia, un pizzico di sale, la farina setacciata, lo zucchero, il lievito e le uova, sgusciate e leggermente sbattute in una ciotola; lavoriamo il composto fino a renderlo omogeneo.
Scaldiamo abbondante olio in una padella e tuffiamoci il composto di patate a cucchiaiate, poche per volta e in un solo strato, per non abbassare la temperatura dell'olio.

da ricordare

Cuociamo i tortelli 4-5 minuti l'uno, girandoli da ogni lato.
Quando sono ben dorati, con una schiumarola, scoliamoli su carta assorbente a sgocciolare l'unto in eccesso.
Spolverizziamo con zucchero a velo e serviamoli caldi.

Questa è la ricetta classica, sempre più spesso, però, a Milano, si servono riempiti di crema Chantilly o pasticcera.

Frittelle mantovane

250 ml di **acqua**, 250 ml di **latte**, 4 cucchiai di **zucchero** semolato + quello per spolverizzare, 100 g di **riso Originario**, 50 g di **ricotta**, 100 g di **farina** "00", 2 cucchiaini di **lievito** per dolci, 1 **uovo**, scorza di 1 **limone**, 1 pizzico di **cannella**, 1 pizzico di **sale**, **olio** di semi di arachidi per friggere

Mettiamo l'acqua in un pentolino capiente, uniamo il latte, lo zucchero e la scorza del limone: aggiungiamo anche il riso e facciamo cuocere per circa 40 minuti, il tempo che il cereale assorba tutti i liquidi. **Facciamo raffreddare** completamente il riso a temperatura ambiente, dopodiché aggiungiamo gradatamente l'uovo, la farina, il lievito, la cannella, la ricotta, un pizzico di sale e amalgamiamo per qualche minuto con un cucchiaio di legno. **Preleviamo delle porzioni di impasto** grandi come una noce con l'aiuto di due cucchiai e tuffiamole nell'olio bollente. **Facciamo dorare** da tutte le parti le frittelle; scoliamole, tamponiamole dall'olio in eccesso su carta da cucina, quindi spolverizziamo con abbondante zucchero semolato e serviamole tiepide.

In alcune ricette si aggiungono all'impasto delle fettine di mele (circa la metà dell'impasto di riso a cui vanno unite).

Fritole veneziane

per 6 persone

400 g di **farina**, 100 g di **uvetta**, 100 g di **zucchero**, 80 g di **burro**, 2 **uova**, 1 bicchiere di **latte**, 20 g di **lievito di birra**, 50 g di **pinoli**, la scorza di 1 **limone**, **olio** di arachidi per friggere, **zucchero** semolato, **sale**

Sciacquiamo l'uvetta e ammolliamola per 10 minuti in acqua tiepida.
Sbricioliamo e sciogliamo il lievito in una tazza e diluiamolo con un po' di latte tiepido.
Setacciamo e disponiamo a fontana la farina su una spianatoia, uniamo lo zucchero, il burro, le uova, il lievito sciolto nel latte e un pizzico di sale.
Mescoliamo gli ingredienti aggiungendo il restante latte, appena tiepido, cercando di ottenere una pastella densa. Scoliamo l'uvetta e asciughiamola. Incominciamo ad amalgamare gli ingredienti, infine uniamo l'uvetta (precedentemente asciugata), i pinoli e la scorza del limone grattugiato.
Lavoriamo fino a ottenere un composto omogeneo e compatto. Copriamo la ciotola e lasciamo lievitare l'impasto in luogo caldo fino a quando il suo volume non sarà raddoppiato (circa 1 ora).
Preleviamo dal composto tante palline della grandezza di una noce e friggiamole in olio di arachidi bollente fino a doratura.
Facciamole asciugare su carta assorbente e spolverizziamole con zucchero semolato.

L'olio di arachidi è indispensabile, in quanto ha un "punto fumo" (180 °C) più alto rispetto agli oli di girasole o mais e quindi frigge più intensamente e velocemente la pastella.

Crema fritta

per 8 persone

1 l di latte, 250 g di zucchero semolato, 250 g di farina "00", 90 g di burro, 80 g di mandorle a lamelle, 1 limone non trattato, 4 uova + 10 tuorli, pangrattato q.b., olio per friggere, sale, zucchero a velo q.b.

Amalgamiamo in una ciotola i tuorli con 150 g di farina setacciata, lo zucchero semolato e un pizzico di sale. **Stemperiamo con il latte** fatto riscaldare con la buccia di limone (che poi toglieremo). **Trasferiamo in una casseruola** e portiamo la crema su fuoco moderato; facciamola cuocere per circa 10 minuti mescolando con un cucchiaio di legno per evitare che si formino grumi.

da ricordare

Togliamo dal fuoco e incorporiamo il burro a pezzetti e le mandorle mescolando fino a ottenere un composto omogeneo. **Allarghiamo il composto** sulla placca da forno, livelliamolo a circa 2 cm di spessore e lasciamolo raffreddare coperto da pellicola trasparente in frigorifero per almeno 8-10 ore. **Tagliamo la crema a rombi** con un coltello, passiamoli nella farina rimasta, quindi nelle 4 uova sbattute con una frusta e nel pangrattato. **Scaldiamo abbondante olio** in una padella per fritti e immergiamo i rombi; cuociamo fino a dorarli da entrambe i lati, scoliamo con una schiumarola e poniamoli su carta assorbente da cucina per eliminare l'unto in eccesso. **Spolverizziamo di zucchero** a velo e serviamo ancora caldi.

La crema fritta è preparata in molte regioni; rispetto alle altre, la ricetta veneziana prevede una quantità maggiore di farina per ottenere un composto più sodo che meglio si presta a essere fritto.

Crostoli

200 g di **farina** "00", 30 g di **zucchero** a velo, 100 ml di **panna**, 1 pizzico **sale**, 1 bicchierino di **grappa**, **zucchero** semolato q.b., **olio** di semi di arachidi

In una ciotola capiente versiamo la farina con il sale, lo zucchero a velo, tutta la panna e, infine, la grappa: con le mani amalgamiamo bene formando un panetto liscio e consistente.

Facciamolo riposare coperto da pellicola alimentare per 20 minuti, dopodiché stendiamo l'impasto in una sfoglia molto sottile utilizzando un mattarello.

Con una rotella da pasticceria ricaviamo dei rettangoli e delle strisce che poi friggeremo in abbondante olio di semi di arachidi bollente.

Scoliamo i crostoli, tamponiamoli con carta assorbente da cucina e spolverizziamo con zucchero semolato.

La differenza dei crostoli rispetto a chiacchiere, frappe o cenci sta tutta nell'uso della panna e nel "tono" offerto dalla grappa friulana.

Castagnole

per 4 persone

400 g di **farina** bianca, 50 g di **zucchero**, 80 g di **burro**, 2 **uova**, 1 cucchiaino da caffè di **lievito vanigliato**, la scorza grattugiata di 1 **limone**, **zucchero** a velo, **granella di zucchero**, 1 presa di **sale**, **olio** per friggere

In una terrina ammorbidiamo il burro mescolando con un cucchiaio di legno, incorporiamo lo zucchero e poi le uova, una alla volta, amalgamando. **Aggiungiamo la scorza grattugiata** del limone, un pizzico di sale, tanta farina quanto basta per ottenere un impasto morbido e, infine, il lievito. **Con un cucchiaio** facciamo delle palline grandi come una noce, che lasceremo cadere dentro l'olio bollente. **Appena la pallina assume il colore dorato** togliamola dal tegame con un mestolo forato e mettiamola su fogli di carta assorbente a perdere l'unto in eccesso. **Serviamo spolverizzando** con lo zucchero a velo e con granella di zucchero.

da ricordare

Questo è un dolce carnevalesco molto famoso diffuso ormai in tutta Italia, ma tipico di Sacile, città tra Friuli e Veneto, dove viene realizzato sin dai tempi della Serenissima.

Frittelle di mele

per 4 persone

130 g di **farina** "00", 75 g di **zucchero** semolato, 5 **mele** renette, 1 tazzina di latte, 1 bicchierino di **grappa**, 2 **uova**, abbondante **olio** per friggere, 1 cucchiaino di **cannella** in polvere, 1 bustina di **lievito** in polvere, **sale**, **zucchero** a velo q.b.

Laviamo e asciughiamo le mele, sbucciamole, eliminiamo il torsolo con un levatorsoli e tagliamole a fette di circa mezzo centimetro di spessore; mettiamole in una ciotola irrorandole con metà della grappa, lo zucchero e la cannella. **Lasciamo riposare** mezz'ora.

In una ciotola sbattiamo con una frusta i tuorli con il latte, aggiungiamo la grappa rimasta e un pizzico di sale, uniamo la farina e il lievito setacciati mescolando fino a ottenere un composto morbido e omogeneo.

Montiamo a neve ferma gli albumi con un pizzico di sale, utilizzando una frusta elettrica e incorporiamoli alla crema mescolando delicatamente dal basso verso l'alto per evitare che il composto si smonti. Si deve ottenere una pastella abbastanza fluida e senza grumi.

da ricordare

Immergiamo le fette di mela nella pastella, scoliamole e friggiamole in una padella per fritti con abbondante olio caldissimo.

Doriamo da ambedue i lati, sgocciolano con una schiumarola su carta assorbente da cucina, quindi spolverizziamo di zucchero a velo.

Il Trentino è una delle regioni europee più importanti per la produzione di mele. Tra le qualità più coltivate troviamo: Golden Delicious, Stark Delicious, Granny Smith, Royal Gala, Winesap, Morgenduft, Fuji e Braeburn, ma anche le più tradizionali Renetta e Canada.

Sgonfiotti

per 4 persone

300 g di **farina** integrale, 2 **uova**, 50 g di **zucchero**, 1 cucchiaio di **gin**, 1 cucchiaio d'**acqua**, 1 pizzico di **sale**, 10 foglie di **salvia**, **olio** di semi per friggere, **zucchero** a velo

In una ciotola riuniamo la farina, le uova, lo zucchero, il gin (o la grappa), l'acqua e un pizzico di sale.
Lavoriamo gli ingredienti fino a ottenere un impasto liscio e omogeneo, copriamolo e lasciamolo riposare 1 ora.
Stendiamo poi l'impasto a uno spessore di 5 mm e spolverizziamolo con le foglie di salvia tritate sottili. Con il mattarello esercitiamo una leggera pressione, in modo che la salvia aderisca perfettamente all'impasto.
Ritagliamo la pasta in tanti piccoli rettangoli, facciamoli dorare in olio bollente, scoliamoli, spolverizziamo di zucchero a velo e serviamo.

Nella tradizione trentina si può anche dimezzare la farina e, invece, unire all'impasto 2 patate lesse e schiacciate.

Strauben

200 g di **farina** "00", 50 g di **burro**, 2 **uova**, 200 ml di **latte**, 1 bicchierino di **grappa**, abbondante **olio** per friggere, **sale**, **zucchero** a velo q.b. -
Per accompagnare: composta di **lamponi** o **marmellata di albicocche**

Separiamo i tuorli dagli albumi e montiamo a neve fermissima questi ultimi con una frusta elettrica.
Fondiamo il burro; setacciamo la farina in una ciotola e incorporiamo il burro fuso, un pizzico di sale, il latte, la grappa, i tuorli e gli albumi, mescolando dal basso verso l'alto.

Stendiamo l'impasto ottenuto con un mattarello fino a ottenere un rettangolo di 4-5 mm di spessore.
Arrotoliamolo su se stesso nel senso della lunghezza e tagliamolo a fette di circa 1 cm di spessore.
Scaldiamo in una padella per fritti abbondante olio e, quando sarà bollente, immergiamo le girelle poche alla volta.
Lasciamo dorare da ambo i lati, girandole delicatamente.
Preleviamo gli strauben con una schiumarola e adagiamoli su carta assorbente da cucina a perdere l'unto in eccesso.
Spolverizziamoli con lo zucchero a velo e serviamoli subito in tavola, accompagnando con composta di lamponi o altra marmellata a piacere.

PASSO PASSO
Vuoi vedere questa ricetta **step by step**? Inquadra il QR code

www.cottoecrudo.it

Krapfen

per 6 persone

500 g di **farina** "00", 200 ml di **latte**, 80 g di **burro**, 50 g di **lievito** di birra, 35 g di **zucchero** semolato, 5 **tuorli**, 1 **bustina** di vanillina, scorza di ½ **limone**, **olio** per friggere, **sale**, 200 g di **crema** pasticciera, **zucchero** semolato per guarnire

Diluiamo il lievito con il latte e lo zucchero poi teniamolo da parte.
In un robot da cucina lavoriamo la farina, il burro fuso, la vanillina, i tuorli, la scorza del limone, un pizzico di sale e aggiungiamo il lievito stemperato.
Formiamo così una palla che incidiamo a croce e poniamo in una ciotola coperta con pellicola trasparente, poi lasciamola lievitare per 2 ore in un luogo tiepido.
Riprendiamo la pasta, stendiamola allo spessore di 2 cm e ritagliamo almeno 6 dischi del diametro di 10 cm.
Copriamoli e mettiamoli a lievitare ancora per un'ora.
In una padella per fritti scaldiamo abbondante olio fino alla temperatura di 170°C, friggiamo i nostri dischi facendoli dorare.
Scoliamoli con una schiumarola e passiamoli su carta assorbente.
Pratichiamo un piccolo foro sulla parte inferiore dei krapfen e farciamo l'interno con la crema pasticciera, usando un sac-à-poche con bocchetta stretta.
Disponiamoli poi sul piatto di portata spolverizzando con zucchero semolato.

Sfrappole

per 6 persone

350 g di **farina** "00", 7 **tuorli** + 1 **albume**, 110 g di **zucchero** semolato, 10 g di **burro**, 1 cucchiaio di **grappa** secca, **olio** di arachidi per friggere, **zucchero** al velo q.b., **sale**

Per accompagnare: 250 ml di **panna** montata, palline di **zucchero** colorate

Lasciamo ammorbidire il burro a temperatura ambiente, poi mettiamo la farina in una ciotola con i tuorli, un albume, un pizzico di sale, 80 g di zucchero semolato, la grappa e il burro spezzettato.

Impastiamo gli ingredienti e lavoriamo l'impasto ottenuto fino a ottenere un composto omogeneo.

Avvolgiamolo in un foglio di pellicola trasparente per alimenti e lasciamolo riposare per 30 minuti.

Con il mattarello infarinato stendiamo l'impasto in una sfoglia di 2 mm; quindi tagliamola a triangoli regolari.

Friggiamoli, pochi per volta, in abbondante olio ben caldo; sgoccioliamoli su un foglio di carta assorbente da cucina, spolveriamoli con lo zucchero a velo.

Serviamoli con la panna montata e decoriamoli con palline di zucchero colorato.

Alla fine i nomi dei fritti carnevaleschi sono davvero molteplici. Anche le sfrappole (tipicamente bolognesi) non fanno eccezione: in altre parti dell'Emilia le chiamano "frappe" o "sfraple" che poi diventano "sprelle", diminutivo di crespelle.

Tagliatelle fritte

200 g di **farina**, 2 **uova**, 4 cucchiai di **zucchero** semolato, 1 **arancia** non trattata, **olio** per friggere, **zucchero** a velo

In una ciotola capiente o su una spianatoia infarinata setacciamo la farina a fontana e uniamo al centro le uova sgusciate.
Lavoriamo l'impasto con forza fino a ottenere un composto liscio, elastico e privo di grumi.
Con un mattarello tiriamo una sfoglia di medio spessore (circa 2-3 mm) e cospargiamola uniformemente con lo zucchero e la buccia grattugiata dell'arancia.
Arrotoliamo la pasta fino a ottenere un cilindro e tagliamolo a fette spesse circa 1 cm.
Scaldiamo abbondante olio in una padella per fritti.
Tuffiamoci le "rondelle" di pasta quando l'olio è bollente lasciandole arrotolate.
Facciamo dorare uniformemente le tagliatelle, preleviamole con una schiumarola e facciamole scolare su carta da cucina.
Trasferiamole poi su un vassoio da portata, cospargiamole di zucchero a velo e serviamo fredde.

Versione scherzosa preparata per Carnevale del più celebre tra i piatti di pasta emiliani.

Cenci

500 g di **farina** "00", 30 g di **zucchero** vanigliato, 3 cucchiai di **zucchero** semolato, 100 ml di succo d'**arancia**, ½ bicchiere di **vin Santo**, 1 bicchierino di **grappa**, **olio** di semi di arachidi, 2 cucchiai di **burro** fuso, 1 **uovo**, 1 **tuorlo**, **sale**

Disponiamo la farina a fontana su una spianatoia, versiamo al centro lo zucchero semolato e quello vanigliato, l'uovo sgusciato, il tuorlo, il burro, il liquore, il succo d'arancia e il sale.
Aggiungiamo anche il vin Santo per ottenere una pasta consistente ma morbida.
Lasciamo riposare il composto per 10 minuti a temperatura ambiente.

Tiriamo la pasta ottenuta con il mattarello, fino a renderla molto sottile.
Tagliamo con una rotella dentata tante strisce lunghe e strette, annodiamole a nastro e lasciamone qualcuna liscia.
In una padella antiaderente versiamo abbondante olio, quando sarà molto caldo ma non fumante friggiamo i cenci pochi alla volta.
Appena dorati da ambo i lati, scoliamo con una paletta forata su carta assorbente da cucina per eliminare l'olio in eccesso.
Spolveriamo con zucchero a velo e serviamo freddi.

da ricordare

Il "punto fumo" dell'olio di arachidi è a 180 °C.

Frittelle di riso

½ kg di **riso Originario**, 100 g di **zucchero** semolato, **latte** q.b., 1 tuorlo d'**uovo**, 1 **limone**, **sale**, **olio** per friggere, **zucchero** a velo

Trasferiamo il riso in una pentola capiente, ricopriamolo interamente con il latte, aggiungiamo il sale e cuociamo fino a quando sarà quasi scotto e il latte interamente assorbito (se necessario aggiungiamo altro latte durante la cottura).

Lasciamo raffreddare, poi uniamo lo zucchero, il rosso d'uovo e la scorza di limone grattugiata.

Amalgamiamo con cura con un cucchiaio di legno fino a sciogliere completamente lo zucchero, quindi facciamo riposare qualche minuto.

Preleviamo il composto a cucchiaiate e modelliamolo a forma di crocchette.

Scaldiamo in una padella abbondante olio e friggiamo poche frittelle per volta, fino a doratura.

Preleviamole con una schiumarola, facciamo assorbire l'olio in eccesso su carta assorbente da cucina e proseguiamo fino a terminare l'impasto.

Infine, cospargiamo di zucchero a velo e serviamo.

In Toscana, soprattutto a Siena, la tradizione vuole che si mangino il 19 marzo e nel periodo di Carnevale come "offerta" simbolica a San Giuseppe.

Frappe

per 4 persone

200 g di **farina** "00", 40 g di **burro**, 2 **uova**, 1 pizzico di **sale**, scorza di 1 **limone**, 30 g di **zucchero** semolato, **zucchero** a velo per guarnire, **olio** di arachidi per friggere

Formiamo su un piano di lavoro una fontana di farina, uova e burro con zucchero, un pizzico di sale e la scorza di un limone.

Impastiamo fino a ottenere un panetto liscio e omogeneo.

Facciamolo riposare per circa 30 minuti in un luogo fresco ricoprendolo con una pellicola.

Prendiamo l'impasto, dividiamolo in quattro parti e stendiamo con la macchina per la pasta o con il mattarello fino ad avere una sfoglia di 3 mm circa.

Tagliamo l'impasto a strisce con l'aiuto di una rotella dentellata.

Scaldiamo l'olio di arachide e, una volta ben caldo, friggiamo poche frappe per volta per alcuni minuti senza bruciarle.

Scoliamole velocemente e adagiamole su carta assorbente per eliminare l'olio in eccesso.

Quando le frappe saranno asciutte, spostiamole su un piatto di servizio e spolveriamole con zucchero a velo.

Le frappe sono un dolce che ha origine nella Roma antica e, solo in seguito, si sono diffuse in tutto il mondo. Probabilmente derivano dalle "frictilia", dolci fritti nel grasso preparati per le feste di primavera.

Arancini dolci

per 6 persone

400 g di **riso**, 100 g di **zucchero** semolato, 7 dl di **latte**, 2 **uova**, 250 g di **farina**, 300 g di **pangrattato**, ½ cucchiaino di **cannella** in polvere, ½ litro di **olio** di oliva, **sale**
Per il ripieno: 1 litro di **latte**, 200 g di **amido** per dolci, 200 g di **zucchero** semolato, 100 g di **zucca** candita, 100 g di **cioccolato** fondente, 1 **limone**

Lessiamo il riso in una casseruola con il latte e un pizzico di sale. A fine cottura il riso dovrà aver assorbito tutto il latte.

Scoliamolo e disponiamolo su una spianatoia unendo lo zucchero e la cannella. Mescoliamo con cura e lasciamo raffreddare.

Prepariamo il ripieno versando in un recipiente il latte, l'amido, lo zucchero e la buccia grattugiata del limone, mescoliamo e portiamo a bollore a fuoco basso. La crema sarà pronta in 5 minuti.

Lasciamola raffreddare, poi aggiungiamo il cioccolato a scaglie e la zucca candita a dadini.

Sbattiamo le uova in una ciotola.

Ora lavoriamo un pugno di riso per volta dandogli la forma di un'arancia, scaviamolo al centro e mettiamoci un cucchiaino di ripieno, chiudiamo con altro riso e passiamo l'arancino dolce prima nella farina, poi nelle uova sbattute e, infine, nel pangrattato.

Friggiamo gli arancini nell'olio bollente, scoliamoli su carta da cucina, lasciamoli raffreddare e serviamo.

Esiste un altro "arancino" marchigiano che si prepara lavorando una sfoglia, simile a quella della pasta all'uovo, sulla quale si distribuisce succo e buccia di arancia grattugiata. La sfoglia viene poi arrotolata, tagliata a fette e fritta.

Cicerchiata

6 **uova**, 500 g di **farina** "00", 3 cucchiai di **zucchero**, 200 g di **miele**, 70 g di **mandorle** sbucciate e tritate, **olio** d'arachidi per friggere, **zuccherini** colorati per decorare

Sulla spianatoia trasferiamo la farina a fontana e versiamo nel centro 3 uova intere e 3 tuorli conservando da parte gli albumi.

Aggiungiamo lo zucchero e le mandorle tritate e cominciamo a lavorare l'impasto.

Quando sarà omogeneo aggiungiamo i 3 albumi rimasti e continuiamo a impastare.

Quando gli albumi si saranno perfettamente incorporati, preleviamo dei pezzetti di pasta e formiamo dei rotolini.

Tagliamoli come fossero tanti gnocchetti e facciamone delle palline grandi più o meno come un'oliva.

In una pentola scaldiamo bene l'olio e friggiamo le palline, scolandole poi con un mestolo forato e lasciandole sgocciolare su carta da cucina.

Intanto scaldiamo il miele in un pentolino, finché non risulta liquido.

L'ultima fase consiste nel disporre le palline fritte formando una ciambella, colarvi sopra il miele caldo e decorare con zuccherini colorati.

Lasciamo raffreddare prima di servire.

Chiacchiere napoletane

per 6 persone

500 g di **farina** "00" + 30 g per la lavorazione, 100 g di **zucchero** semolato, 50 g di **burro**, 3 **uova**, 1 bicchierino di **Marsala**, 1 bustina di **vanillina**, 3 bicchieri di **olio** per friggere, 3 cucchiai di **zucchero** a velo, **sale** fino.

Facciamo ammorbidire il burro. Setacciamo la farina sul piano da lavoro formando una fontana e versiamo lo zucchero, le uova, il burro, la vanillina, il Marsala e un pizzico di sale. **Amalgamiamo** bene gli ingredienti per 20 minuti finché la pasta diventa ben liscia. Raccogliamola in una palla, avvolgiamola in pellicola e facciamola riposare per 60 minuti in frigorifero. **Infariniamo il piano di lavoro** e dividiamo l'impasto in 3 parti. **Stendiamo ogni pezzo di pasta** con un mattarello allo spessore di 1 cm. Pieghiamo ogni metà su se stessa e stendiamola nuovamente. Ripetiamo l'operazione fino ad avere sfoglie di 3 mm.

da ricordare

Con la rotella dentata, da una delle sfoglie, ricaviamo dei rettangoli di 9x6 cm, dall'altra dei quadrati di 8 cm e in ultimo delle strisce larghe 2 cm e lunghe 12. Sempre con la rotella, al centro di metà dei rettangoli, facciamo 2 tagli a croce lunghi 2 cm. Dividiamo i rettangoli rimasti in 3 strisce larghe 3 cm. Intrecciamo fra loro le 3 strisce.

Con la rotella intagliamo metà quadrati con 2 tagli a croce partendo dagli angoli sino a 1 cm dal centro, pieghiamo gli angoli verso il centro formando delle girandole. Dagli altri quadrati formiamo dei dischi aiutandoci con una tazzina da caffè. Facciamo 2 tagli a croce lunghi 2 cm nel centro di ogni disco. Infine, annodiamo le strisce lunghe 12 cm formando un nodo centrale. **Facciamo scaldare l'olio in un tegame** e friggiamo le chiacchere 3 o 4 alla volta per 1 minuto. Togliamole con il mestolo forato e appoggiamole su fogli di carta da cucina a perdere l'unto. **Spolveriamole** con lo zucchero al velo.

Strufforli

per 6 persone

400 g di **farina**, 6 **uova**, 1 cucchiaio di **zucchero**, 30 g di **strutto** o burro, **sale**, la scorza di 1 **limone**, **olio** o **strutto** per friggere

Per condire: 150 g di **miele** fluido, 100 g di scorze di **arancia** candita, 100 g di **cedro** candito, 2 **arance** non trattate

Uniamo alla farina un pizzico di sale, 1 cucchiaio di zucchero e la scorza grattugiata del limone. Incorporiamo 5 uova intere e un tuorlo e, infine, lo strutto (o burro). Lavoriamo il composto sino a ottenere una pasta liscia.

Ricaviamo dall'impasto tanti bastoncini della grandezza di un dito e, poi, con tagli trasversali ricaviamo dei piccoli rombi.

Friggiamoli poco alla volta in abbondante olio bollente e scoliamoli appena avranno preso un bel colore dorato.

Versiamo il miele in una casseruola, facciamolo sciogliere e uniamo la scorza grattugiata delle arance.

Uniamo gli struffoli al miele, aggiungiamo le scorze d'arancia e di cedro candite, tagliate a pezzi.

Mescoliamo delicatamente e versiamo su un piatto di portata, dando al dolce una forma conica.

Facciamo riposare per circa 2 ore prima di servire.

La ricetta tradizionale è caratterizzata dall'assenza di lievito. Nel caso si preferiscano palline più gonfie, si può aggiungere all'impasto un pizzico di bicarbonato. In questo caso, la pasta deve riposare alcune ore.

Graffe napoletane

100 g di **patate** lessate, 250 g di **farina** "00", 50 g di **zucchero semolato** + quello per spolverizzare, 30 g di **burro**, 8 g di **lievito di birra**, 1 **uovo**, 60 ml di **latte**, 1 pizzico di **sale**, **olio di semi di arachide** per friggere

In una terrina mettiamo tutti gli ingredienti: la farina, la purea di patate, lo zucchero, il sale, il burro a pezzetti, il lievito sbriciolato, l'uovo e circa 60 ml di latte.

Amalgamiamo con la punta delle dita formando una palla: se fosse troppo morbida aggiungiamo un po' di farina.

Lavoriamo l'impasto con forza su una spianatoia per 10 minuti circa, quindi mettiamolo a lievitare per circa 2 ore.

Trascorso il tempo preleviamo delle porzioni di impasto e formiamo delle palline schiacciate tonde: nel mezzo, con il dito, pratichiamo un foro che poi cercheremo di allargare.

Adagiamo le ciambelle su una placca da forno infarinata.

Facciamole lievitare ancora per circa 1 ora e, quando sono gonfie, tuffiamole in abbondante olio ben caldo: facciamole dorare da tutti i lati.

Scoliamole, tamponiamole con carta assorbente e decoriamole con zucchero semolato.

Chiacchiere

per 6 persone

50 g di **burro**, 500 g di **farina** "00", 1 pizzico di **sale**, 3 **uova** + 1 **tuorlo**, 25 ml di **grappa**, 1 bustina di **vanillina**, 70 g di **zucchero semolato**, 6 g di **lievito** in polvere, **zucchero a velo** per guarnire, **olio di semi** per friggere

Setacciamo su una spianatoia la farina con il lievito e formiamo la fontana.
Poniamo al centro il burro, lo zucchero, la vanillina, le uova e il tuorlo, la grappa e un pizzico di sale.
Lavoriamo bene fino a ottenere un impasto liscio e elastico, diamogli forma di palla e avvolgiamolo nella pellicola, lasciandolo riposare in luogo fresco per 30 minuti almeno.
Spianiamo la pasta con l'apposita macchinetta o con il mattarello, in modo da ottenere una sfoglia di 2 mm di spessore.
Con una rotellina a taglio smerlato ricaviamo delle strisce di 5x10 cm. Su ognuna pratichiamo 2 tagli centrali e paralleli per il lungo.
Poniamo le strisce, 2 o 3 alla volta, in abbondante olio ben caldo, non bollente, girandole da ambo i lati e, appena saranno dorate, togliamolee lasciamole sgocciolare su carta da cucina.
Quando saranno fredde poniamole sul piatto da portata e cospargiamole di zucchero a velo.

*Sono ormai diffuse in tutta Italia ma la ricetta tradizionale, che deriva ancora dai Romani, è stata sempre tramandata nel profondo Sud d'Italia...
Poi i nomi e le varianti sono infinite.*

Zeppole

per 4 persone

400 g di **farina**, 1 pizzico di **sale**, **olio** di semi, **zucchero** a velo

In una pentola portiamo a bollore 4 bicchieri d'acqua e un pizzico di sale e versiamoci la farina setacciata. Mescoliamo energicamente e facciamo cuocere, senza smettere di mescolare, finché il composto inizia a staccarsi dalle pareti della pentola.
Spegniamo e continuiamo a mescolare energicamente fino a ottenere una pasta perfettamente omogenea, compatta e priva di grumi.
Trasferiamo l'impasto sul piano di lavoro infarinato, ricaviamone tante stringhe lunghe 20 cm e larghe 1,5 cm. Uniamo le estremità ottenendo delle ciambelline.
Scaldiamo in una padella dai bordi alti abbondante olio di semi. Tuffiamoci le ciambelline poche alla volta, facciamole dorare su entrambi i lati e scoliamole con una schiumarola.
Prima di servire spolverizziamole con zucchero a velo.

In Puglia sono associate al 19 marzo, festa di San Giuseppe. Nel Salento vengono preparate con acqua, strutto, sale, farina, limone grattugiato e uova, fritte o al forno e decorate con crema pasticcera e amarene sciroppate.

Pignolata

per 6 persone

500 g di farina, 4 uova, 2 cucchiai di zucchero, 50 g di burro, sale, olio o strutto per friggere - Per la copertura: 200 g di miele, 150 g di cioccolato fondente, 1 limone

Setacciamo e disponiamo la farina a fontana sul piano di lavoro. Uniamo le uova, lo zucchero, il burro e un pizzico di sale.

Amalgamiamo bene gli ingredienti fino ad ottenere un impasto compatto.

Copriamo con un canovaccio e lasciamo riposare per circa un'ora.

Riprendiamo l'impasto e dividiamolo in più parti. Creiamo quindi dei bastoncini abbastanza lunghi e tagliamoli in pezzetti spessi un dito e lunghi circa 2 centimetri.

Scaldiamo l'olio in una padella e friggiamo questi pezzetti. Quando avranno assunto un colore dorato, togliamoli dal fuoco, sgoccioliamoli bene e asciughiamoli su carta assorbente da cucina.

In un tegame facciamo sciogliere il miele finché non è trasparente e ben miscelato, uniamo la buccia di un limone fresco e, infine, versiamo gli gnocchetti fritti nel miele.

Disponiamoli su un piatto da portata distribuiti in piccoli cumuli di forma piramidale.

Sciogliamo la cioccolata a bagnomaria e irroriamo le pignolate in maniera uniforme.

Serviamo caldo.

da ricordare

È un dolce tipico della città di Messina. Il termine "pignolata" deriva dalla particolare forma dei pezzetti di pasta che, a fine preparazione, somigliano a tante piccole pigne.

Bignole

500 g di **crema** pasticcera, 5 **uova**, 250 g di **farina**, 170 g di **latte**, 70 g di **cacao** in polvere, 50 g di **zucchero** semolato, 50 g di **cioccolato** di Modica, 40 g di **burro**, 1 bustina di **vanillina**, ½ bustina di **lievito** in polvere, **zucchero** a velo

Aggiungiamo alla crema pasticcera fatta intiepidire il cioccolato di Modica precedentemente sbriciolato con un coltello. Lasciamolo sciogliere mescolando con un cucchiaio di legno, quindi lasciamo raffreddare.

Amalgamiamo la farina, 50 g di cacao, lo zucchero, la vanillina, il burro fuso, il lievito in polvere e i tuorli delle uova fino a ottenere una crema omogenea e priva di grumi.

Stemperiamo con il latte e uniamo gli albumi montati a neve ben ferma con un pizzico di sale.

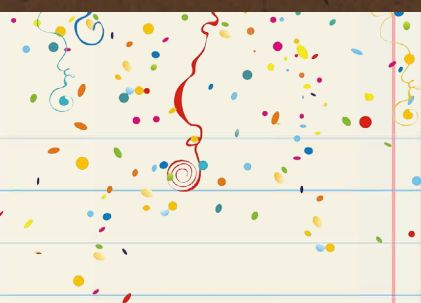
Preleviamo l'impasto a piccole cucchiaiate e lasciamolo cadere in una padella antiaderente in cui si sarà fatto scaldare l'olio. Si formeranno delle frittelle gonfie e dorate.

Recuperiamo le frittelle e farciamole con la crema pasticcera al cioccolato, servendoci di una tasca da pasticciere con bocchetta liscia.

Spolverizziamo, infine, le bignole con un misto di cacao e zucchero a velo e serviamole in tavola tiepide o a temperatura ambiente.

Vuoi vedere questa ricetta **step by step**? Inquadra il QR code

www.cottoecrudo.it

Palline al Passito

per 4 persone

180 g **farina** "00", 1 **uovo**, 50 g di **zucchero** semolato, 40 g di **burro**, 2 cucchiaini di **lievito** per dolci, 1 bicchierino di **Passito**, essenza naturale di **vaniglia**, **olio** di semi di arachide per friggere

In una terrina capiente trasferiamo la farina, lo zucchero, il burro a pezzetti, l'uovo, la vaniglia, il lievito e il bicchierino di Passito.

Lavoriamo il tutto per circa 5 minuti con un cucchiaio di legno fino a ottenere un composto liscio e omogeneo.

Preleviamo delle porzioni di impasto e, con le mani, formiamo delle palline della grandezza di una grossa nocciola.

Tuffiamole nell'olio bollente e facciamole cuocere finché saranno colorite e dorate in maniera uniforme.

Scoliamole, tamponiamole con carta e serviamole singolarmente o infilzate in bastoncini di legno a formare dei golosi spiedini.

La storia della produzione del Passito ha più di duemila anni; è prodotto nell'isola di Pantelleria da varietà di uva Zibibbo ed è considerato uno dei vini liquorosi più buoni al mondo.

Cannoli

150 g di **farina** "00", 1 **albume**, 10 g di **zucchero** semolato, 10 g di **burro**, **caffè** in polvere, **cacao** in polvere, **Marsala**, **olio** per friggere, **sale**, **zucchero** a velo
Per farcire: 500 g di **ricotta**, 200 g di **zucchero** semolato, 100 g di **cioccolato** fondente, 70 g di **canditi**, 1 **arancia**, **Grand Marnier**

In una ciotola impastiamo la farina con lo zucchero, 1 cucchiaino di caffè in polvere, ½ cucchiaio di cacao, 1 di Marsala, 1 di acqua fredda, l'albume, un pizzico di sale e il burro.
Lavoriamo la pasta sulla spianatoia e lasciamola riposare 30 minuti. Stendiamola a 2 mm di spessore e ritagliamo dei quadrati di 8 cm.
Avvolgiamoli attorno all'apposito cannello di metallo messo in diagonale. Prima di congiungere le due estremità del quadrato spennelliamole d'acqua per saldarle.
Scaldiamo l'olio e friggiamo i cannoli finché saranno dorati e croccanti.
Lasciamoli sgocciolare su carta da cucina e, quando sono tiepidi, liberiamoli dal cannello.
Prepariamo ora le 2 farce. La prima con 250 g di ricotta, 1 cucchiaio di Grand Marnier, la scorza di ½ arancia ben lavata e grattugiata, 100 g di zucchero e i canditi. La seconda con la ricotta e lo zucchero rimasti e il cioccolato fuso.
Riempiamo quindi i cannoli inserendo un poco di farcia a ogni estremità, disponiamoli su un piatto e spolverizziamo con zucchero a velo.

da ricordare — Il cioccolato nel secondo ripieno può essere messo a scaglie.

Cattas

per 6 persone

500 g di **farina**, 15 g di **lievito** di birra, 1 **uovo**, 1 **arancia** non trattata, 1 **patata**, 1 bustina di **zafferano**, ½ bicchiere di **latte**, ½ bicchiere di **Moscato** di Cagliari, **zucchero** semolato q.b., **olio** di arachidi per friggere

Lessiamo la patata con la buccia fino a renderla morbida, facciamola intiepidire a temperatura ambiente, speliamola e passiamola nello schiacciapatate fino a ottenere una purea.

In una terrina disponiamo la farina setacciata, l'uovo, il succo dell'arancia passato attraverso un colino, il moscato, lo zafferano sciolto in un po' di latte e il lievito di birra sciolto nel restante latte tiepido.

Aggiungiamo la purea di patata e mescoliamo il tutto con un cucchiaio di legno, fino ad ottenere un impasto fluido.

Copriamo con un canovaccio. Una volta che il volume dell'impasto sarà raddoppiato, trasferiamolo in un sac à poche e formiamo delle ciambelline a spirale da far cadere nell'olio bollente.

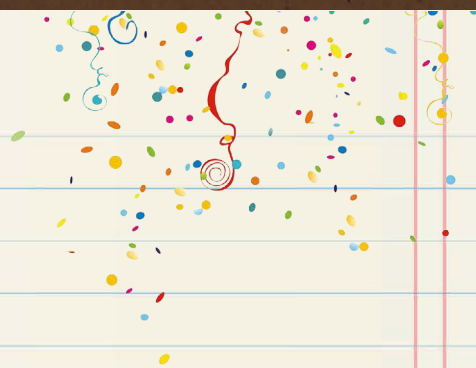
Facciamole dorare da entrambi i lati quindi scoliamole su carta da cucina.

Rotoliamole, infine, in un piatto con abbondante zucchero semolato e serviamole.

Il moscato è coltivato su quasi tutto il territorio dell'isola ed esistono 3 DOC: Moscato di Cagliari, Moscato di Sorso-Sennori e Moscato di Sardegna. I primi due si identificano per l'alto grado alcolico, mentre il terzo è spumantizzato.

frittelle per tutti i gusti

Da qui in poi, spazio alla fantasia... ma con qualche regola: l'olio durante la frittura deve mantenere una temperatura costante (tra i 170-176°C); la quantità deve permettere agli ingredienti di "galleggiare" senza toccare il fondo; le frittelle vanno immerse in olio già caldo; non dobbiamo mai "rabboccare" cioè aggiungere altro olio a quello bollente.

Amaretti fritti

per 4 persone

20 **amaretti**, 50 g di **farina**, 1 **uovo**, 100 ml di **Marsala**, 15 g di **zucchero** a velo + q.b. per decorare, **olio** per friggere

Versiamo l'uovo sgusciato in una ciotola capiente, sbattiamolo con una frusta a mano, uniamo la farina setacciata e 15 g di zucchero a velo.
Amalgamiamo il tutto per qualche minuto con una frusta a mano fino a ottenere una pastella omogenea e priva di grumi, diluiamo con il Marsala e, se il composto fosse troppo denso, aggiungiamo un po' d'acqua (al contrario, se risultasse troppo morbido, uniamo altra farina).
Scaldiamo l'olio per friggere in una padella capiente fino a renderlo bollente, passiamo gli amaretti nella pastella al Marsala e friggiamoli uniformemente fino a doratura.
Estraiamo le frittelle con l'aiuto di una schiumarola e adagiamole su carta assorbente da cucina per assorbire l'olio in eccesso.
Facciamo raffreddare a temperatura ambiente e spolverizziamo gli amaretti con zucchero a velo prima di servire.

da ricordare

Gli amaretti sono biscotti a base di mandorle, zucchero e albume diffusi e conosciuti in varie regioni d'Italia anche se Piemonte e Lombardia vantano il maggior numero di ricette locali.

Coriandoli ubriachi

400 g di **farina** "00", 1 **uovo** +1 **tuorlo**, 40 g di **burro** fuso, 80 g di **zucchero** semolato, 1 bicchierino di **grappa**, ½ bicchiere di **vino** bianco, 1 bustina di **vanillina**, 1 **limone**, **sale**, **coloranti** alimentari, **olio** di semi di arachide

Versiamo la farina a fontana su una spianatoia, uniamo l'uovo e il tuorlo sbattuti, il burro, lo zucchero, la grappa, la vanillina, la scorza grattugiata di un limone e un pizzico di sale.

Lavoriamo gli ingredienti con le mani fino a ottenere un impasto liscio e uniforme (se risultasse troppo duro aggiungiamo un po' di vino bianco secco).

Copriamo con un canovaccio e facciamo riposare al fresco per 30 minuti.

Riprendiamo la pasta, dividiamola in 4 parti e aggiungiamo a ciascuna parte alcune gocce di colorante di diversi colori.

Lavoriamo ogni singola parte, coprendo le altre con un canovaccio per non farle seccare.

Con il mattarello ricaviamo delle sfoglie sottili e tagliamole in dischetti del diametro di 2,5 cm, utilizzando un coppapasta rotondo.

In una casseruola profonda facciamo scaldare abbondante olio di semi e friggiamo i dischetti pochi per volta.

Scoliamoli e disponiamoli su un foglio di carta assorbente da cucina per eliminare l'eccesso d'olio.

Facciamoli raffreddare e trasferiamoli su un piatto da portata.

Se li stiamo preparando per i bambini sostituiamo grappa e vino con succo di arancia.

Frittelle caramellate

per 4 persone

1 **uovo**, 15 g di **lievito** di birra, 5-7 dl di **latte**, 1 dl di **birra** chiara, **sale**, 1 cucchiaino di **zucchero**, 25 g di **burro**, 200 g di **farina**, **olio** per friggere, **zucchero** a velo
Per la crema: 3 **tuorli**, 100 g di **zucchero**, 3 **arance**, 1,5 dl di **latte**, 75 g di **farina**
Per il caramello: 180 g di **zucchero** a velo

In una terrina sbricioliamo il lievito da diluire con latte tiepido e uniamo il sale, lo zucchero, il tuorlo e la birra; mescoliamo il tutto. Uniamo poi la farina, poco a poco, il burro fuso e, infine, l'albume montato a neve. **Amalgamiamo e copriamo** la ciotola con un panno.

da ricordare

Lasciamo lievitare in luogo tiepido per almeno 1 ora.

In un pentolino lavoriamo con la frusta la scorza grattugiata delle arance insieme ai tuorli e allo zucchero, poi uniamo il succo d'arancia filtrato e il latte. **Facciamo addensare** a fuoco basso, sempre mescolando, uniamo la farina e cuociamo fino a ottenere una crema, quindi togliamo dal fuoco.
In una padella alta scaldiamo l'olio in cui tuffare la pastella a cucchiaiate.

Quando le frittelle sono dorate da un lato, giriamole dall'altro e doriamole, poi scoliamole su carta da cucina.
Farciamo le frittelle con la crema usando una siringa per dolci, poi cospargiamole di zucchero a velo e sistemiamole sul piatto da portata.
In un padellino scaldiamo lo zucchero e, una volta ottenuto il caramello, versiamolo a filo sulle frittelle.

Dischetti farciti al miele

250 g di **farina** "00", 20 g di **zucchero** semolato, 1 bicchierino di **grappa**, 2 **uova**, 25 g di **burro**, **olio** di semi d'arachidi, **miele** q.b., **sale**

Per il ripieno: 250 g di **ricotta** vaccina, 100 g di **gocce di cioccolato**, 80 g di **zucchero** a velo

Per il ripieno lavoriamo con un cucchiaio, in una ciotola capiente, la ricotta con lo zucchero a velo, poi amalgamiamo unendo le gocce di cioccolato.

Su una spianatoia, formiamo una fontana con la farina setacciata, al centro poniamo un pizzico di sale, lo zucchero, le uova sbattute con una frusta, il burro ammorbidito a temperatura ambiente e un bicchierino di grappa; lavoriamo il tutto fino a ottenere una pasta soda e omogenea.

Formiamo una palla, avvolgiamola in pellicola trasparente e facciamola riposare per 30 minuti.

Stendiamola poi con un mattarello a uno spessore sottile e ricaviamone dodici dischi con un coppapasta smerlato.

Poniamo su metà dischi il ripieno, copriamo con gli altri dischi e sigilliamo bene i bordi.

Friggiamo i dolci in una padella con abbondante olio caldo, poi spennelliamoli con il miele e serviamoli caldi.

Frittelle alla menta

per 4 persone

150 g di **farina** "00", 150 ml di **latte**, 50 g di **zucchero semolato**, 60 g di **zucchero** a velo, 150 ml di **vino** bianco dolce, 1 **arancia**, 1 **uovo**, **olio di semi** d'arachidi, 1 cucchiaio d'**olio** extravergine di oliva, 1 ciuffo di **menta**, 1 pizzico di **lievito**, **sale**

In una ciotola capiente poniamo la farina setacciata, una presa di sale, il lievito e lo zucchero semolato.
Amalgamiamo con un cucchiaio e incorporiamo anche il latte a filo, l'uovo sgusciato e l'olio di oliva.
Spremiamo l'arancia e filtriamone il succo.
Aggiungiamo al composto il vino e la quantità di succo d'arancia necessaria per ottenere una pastella morbida.

Tritiamo ora con un coltello 20-30 foglie di menta e aggiungiamole alla pastella, copriamo con pellicola trasparente e facciamo riposare 20 minuti.

da ricordare

Riscaldiamo l'olio di semi in una padella, lasciamoci cadere delle cucchiaiate di pastella e cuociamole da ogni lato fino a doratura.
A cottura ultimata scoliamo le frittelle con una schiumarola e mettiamole a perdere l'unto su carta assorbente.
Trasferiamole quindi in un piatto, cospargiamole di zucchero a velo e serviamole decorate con rametti di menta.

Per millenni, la menta è stata usata come simbolo di ospitalità. Nell'antica Grecia si usava strofinarla sulla tavola per dare il benvenuto agli ospiti e bruciarla per purificare l'aria delle case.

Girandole di spezie

350 g di **farina** "00" + **farina** per la spianatoia, 80 g di **zucchero** semolato, 30 g di **burro**, 2 **uova**, **spezie** in polvere q.b. (**cannella**, **chiodi di garofano**), 2 cucchiai di **vino** bianco secco, abbondante **olio** per friggere, **sale**, **zucchero** a velo

In una ciotola impastiamo 350 g di farina setacciata con lo zucchero semolato, un pizzico di sale, il burro ammorbidito a temperatura ambiente, un cucchiaino di spezie, le uova e 2 cucchiai di vino.

Lavoriamo la pasta finché risulterà omogenea e avrà una consistenza compatta.

Lasciamola riposare per 30 minuti avvolta nella pellicola trasparente, quindi stendiamola con un mattarello su una spianatoia leggermente infarinata fino allo spessore di 3 mm.

Con una rotella dentata ricaviamo dalla pasta dei quadrati di 8 cm di lato e incidiamoli con 4 tagli obliqui di circa 3 cm che, partendo da ogni angolo, vanno verso il centro.

Pieghiamo i lembi di pasta verso l'interno e premiamoli al centro del quadrato formando le girandole.

In una padella alta friggiamo le girandole in abbondante olio bollente fino a dorarle da ambo i lati, scoliamole con una schiumarola e facciamole sgocciolare su carta assorbente da cucina, per eliminare l'unto in eccesso.

Disponiamole sul piatto spolverizzandole di zucchero a velo.

La scelta delle spezie dipende molto dai gusti: si può anche aggiungere paprika (per dare un gusto piccante); oppure curcuma (esotico) o, ancora, origano (mediterraneo).

Gelato fritto

per 4 persone

400 g di gelato alla crema, 150 g di farina "00", 1 uovo, 1 cucchiaio di zucchero semolato, 2 cucchiai di latte, olio di semi d'arachidi, farina q.b.

Con l'apposito attrezzo o con un cucchiaio grande formiamo 8 palline di gelato delle dimensioni di un'albicocca, sistemiamole su un vassoio freddo, quindi rimettiamole subito in freezer affinché il gelato si solidifichi bene.
Prepariamo la pastella setacciando la farina, uniamo l'uovo, lo zucchero e la quantità di latte necessaria a ottenere una pastella morbida e senza grumi.
Copriamo con pellicola trasparente e lasciamo riposare per 30 minuti.
Togliamo poi le palline dal freezer, passiamole nella farina, immergiamole nella pastella preparata ricoprendole in modo uniforme.

da ricordare

Tuffiamole, una alla volta, in un padellino con abbondante olio ben caldo per 2 minuti circa. La pastella che avvolge il gelato dovrà assumere un colore dorato e uniforme.
Sgoccioliamo le palline con una schiumarola e trasferiamole su carta assorbente per perdere l'unto in eccesso.
Poniamole su un piatto da portata e serviamo subito.

Si può usare gelato di qualsiasi gusto purché cremoso, non vanno bene quelli a base di granita di frutta.

Mezzelune di ricotta

per 6 persone

500 g di **farina** "00", 100 g di **zucchero** semolato, 1 **tuorlo**, 100 g di **strutto**, **olio** di semi d'arachidi, 1 pizzico di **vanillina**, **zucchero** a velo q.b., **sale**
Per il ripieno: 400 g di **ricotta** di pecora, 50 g di **canditi** a dadini, 50 g di **cioccolato** fondente, 100 g di **zucchero semolato**, la scorza di ½ **limone**, 1 **tuorlo**, 1 pizzico di **vanillina**, **cannella** q.b.

Su una spianatoia disponiamo a fontana la farina setacciata, al centro mettiamo lo zucchero, il tuorlo, la vanillina, lo strutto a fiocchetti, un pizzico di sale e impastiamo gli ingredienti.
Uniamo a poco a poco 180 ml di acqua e lavoriamo la pasta fino a ottenere un composto omogeneo.
Formiamo una palla, avvolgiamola in pellicola trasparente e lasciamola riposare un'ora.
Prepariamo il ripieno lavorando in una ciotola la ricotta con il tuorlo e lo zucchero, uniamo la vanillina, i canditi, il cioccolato tritato e la scorza di limone grattugiata.
Stendiamo con il mattarello la pasta in sfoglie sottili e, con un coppapasta, ricaviamo dei dischi, posiamo nel centro di ognuno un mucchietto del ripieno, spolverizziamo con un po' di cannella e ripieghiamo a metà per ottenere delle mezzelune.
Sigilliamole, rifiliamole con una rotella e friggiamole in una padella con abbondante olio caldo per 4-5 minuti, fino a doratura.
Scoliamo con una schiumarola su carta assorbente per eliminare l'olio in eccesso, mettiamo le mezzelune su un piatto e cospargiamole di zucchero a velo.

Palline di pane fritte

per 4 persone

100 g di mollica di **pane** raffermo, 100 ml di **latte**, 100 g di **farina**, 60 g di **zucchero**, 30 g di **burro**, 1 **uovo**, 30 g di **cacao** amaro, ½ cucchiaino di **lievito** per dolci, 1 **arancia**, **cannella** in polvere q.b., **olio** per friggere q.b., **zucchero** q.b. (per passare le frittelle)

Spezzettiamo il pane, versiamolo in una ciotola e ammolliamolo nel latte. **Strizziamolo**, versiamolo nel mixer, uniamo la farina, il lievito, 60 g di zucchero, l'uovo, il burro, il cacao amaro e frulliamo il tutto fino a quando non diventa liscio e omogeneo. **Travasiamo il composto** in una ciotola, incorporiamo la scorza di un'arancia grattugiata e un pizzico di cannella, amalgamiamo e, prelevando poco impasto per volta, formiamo delle palline con i palmi delle mani. **Versiamo l'olio** in una padella capiente, scaldiamolo e friggiamo le palline fino a quando non saranno uniformemente dorate. **Adagiamo le frittelline** su carta assorbente da cucina per eliminare l'olio in eccesso, rotoliamole nello zucchero avanzato e serviamole ancora calde.

Esistono mille varianti di questa ricetta, tra cui una molto antica che prevede di lasciare il pane in ammollo nel vino, invece che nel latte.

Frittelline di ricotta

per 6 persone

400 g di **farina** "00", 300 g di **ricotta**, 1 bustina di **lievito** per dolci, 00 g di **zucchero** semolato, 100 ml di **latte**, **cannella** q.b., **olio** per friggere, **sale**

In una ciotola capiente, sciogliamo il lievito nel latte tiepido.

Uniamo la farina setacciata e amalgamiamo fino a ottenere un impasto omogeneo.

Uniamo la ricotta precedentemente lavorata in una ciotola con una forchetta, lo zucchero, un pizzico di cannella e di sale.

da ricordare

Mescoliamo il preparato fino a quando non diventa liscio e senza grumi.

Scaldiamo l'olio in una padella dai bordi alti e, quando avrà raggiunto la giusta temperatura, immergiamo l'impasto direttamente a cucchiaiate cuocendo poche frittelle per volta, fino a doratura.

Estraiamo i dolcetti alla ricotta aiutandoci con una schiumarola e adagiamoli su un foglio di carta assorbente da cucina per asciugare l'olio in eccesso.

Serviamo le frittelline ben calde, a piacere cosparse con zucchero a velo.

PER TUTTI I GUSTI

Questa ricetta può essere realizzata anche con la farina di grano duro, mantenendo le stesse dosi.

Palline allo zafferano

per 4 persone

150 g di **farina** "00", 100 g di **latte**, 50 g di **zucchero** semolato, 30 g di **burro**, 7 fette di **pancarrè**, 4 **tuorli**, 2 bustine di **zafferano**, 1 bustina di **vanillina**, ½ bustina di **lievito** in polvere, 1 **limone**, 1 cucchiaio di **Grand Marnier**, **latte** q.b. per ammollare il pane, **olio** di semi per friggere, **sale**, **zucchero** a velo

Eliminiamo la crosta alle fette di pancarrè, ammorbidiamole nel latte, strizziamole bene e poniamole in un recipiente graduato.
Uniamo i tuorli, la farina setacciata, lo zucchero, 100 g di latte, il burro fuso e un pizzico di sale.
Lavoriamo gli ingredienti con un mixer fino a ottenere un composto fluido e omogeneo.
Mantenendo in azione il mixer incorporiamo lo zafferano, la vanillina, il lievito, la scorza di limone grattugiata e il Gran Marnier.
In una padella per fritti scaldiamo abbondante olio di semi, preleviamo il composto a cucchiaiate e facciamolo cadere direttamente nell'olio.
Lasciamo gonfiare e dorare le palline, scoliamole con una schiumarola, poniamole su carta assorbente da cucina per eliminare l'unto in eccesso e serviamole calde, cosparse di zucchero a velo.

Se volete prepararle senza alcool va benissimo usare del succo di arancia al posto del Grand Manier (che è appunto un cognac all'arancia).

Frittelle dolci di polenta

per 4 persone

300 g di **polenta**, **farina** di mais q.b., 100 g di **farina** "00", 500 ml di **latte**, 80 g di **zucchero** semolato, scorza di 1 **limone**, abbondante **olio** di arachide per friggere, **zucchero** a velo

Tagliamo la polenta (avanzata o già preparata) a dadini, trasferiamoli nel mixer e aggiungiamo lo zucchero, il latte, la farina "00" setacciata e la scorza tritata di un limone.

Frulliamo gli ingredienti fino a ottenere un composto omogeneo e sodo, preleviamolo dal mixer e dividiamolo in panetti regolari.

Su una spianatoia stendiamo ogni piccolo panetto in una sfoglia e ricaviamo dei dischi con un coppapasta di 12 cm di diametro, tagliamoli in 4 parti e passiamoli nella farina di mais.

Portiamo a temperatura l'olio in una padella per fritti e friggiamo due o tre frittelle di polenta alla volta, fino a che risulteranno ben dorate e croccanti.

da ricordare

Scoliamole con una schiumarola, poniamole a perdere l'olio in eccesso su carta assorbente da cucina per qualche minuto.

Cospargiamo infine le frittelle con zucchero a velo e gustiamole tiepide o fredde.

Per dare un tocco diverso si può usare lo zenzero tritato invece della scorza di limone.

Cuscinetti al limoncello

per 4 persone

200 g di **farina** "00", 2 **uova**, 1 cucchiaio di **zucchero** semolato, 20 g di **burro**, 1 **limone**, 5 cucchiai di **limoncello**, ½ bustina di **vanillina**, ½ bustina di **lievito** per dolci, abbondante **olio** di semi per friggere, **sale**, **zucchero** semolato q.b.

Disponiamo la farina a fontana, mettiamo al centro il lievito, una presa di sale, le uova, lo zucchero semolato, il burro, il limoncello, la vanillina, la scorza del limone grattugiata fine, 2 cucchiai di acqua tiepida e lavoriamo fino a ottenere una pasta morbida.

Stendiamo la pasta con un mattarello in una sfoglia di 2 mm di spessore e, con una rotella liscia, tagliamola a strisce larghe circa 4 cm e lunghe circa 8.

Portiamo l'olio a temperatura, lasciamoci cadere, poche alla volta, le strisce di pasta e muoviamole con un cucchiaio di legno per evitare che si arrotolino o si pieghino.

Quando saranno dorate da un lato, giriamole con una paletta e facciamole dorare dall'altra parte. Togliamole dalla padella con una schiumarola e poniamole su carta assorbente da cucina a perdere l'unto in eccesso.

Disponiamo un bel po' di zucchero su un largo vassoio, passiamoci i cuscinetti ancora caldissimi in modo che risultino ben coperti dallo zucchero e sistemiamoli, man mano, sul piatto di servizio.

Per accentuare il profumo mediterraneo si può aggiungere un tocco di mentuccia fresca.

Frittelle al cacao

per 6 persone

460 g di **farina** "00", 40 g di **cacao** amaro, ½ dado di **lievito** di birra, 2,5 dl di **latte**, 60 g di **zucchero** + quello per cospargere, 2 **uova**, 50 g di **burro**, 1 bustina di **vanillina**, 1 pizzico di **sale**

Setacciamo in una terrina la farina con il cacao, quindi disponiamo il composto a fontana sul piano di lavoro, sbricioliamo nel mezzo il lievito e diluiamolo con 3 o 4 cucchiai di latte tiepido.

da ricordare

Attenzione: la temperatura del latte non deve essere troppo elevata, altrimenti penalizzerà la lievitazione.

Uniamo al composto, poco alla volta, il restante latte tiepido, le uova leggermente sbattute, lo zucchero, il sale, la vanillina e il burro precedentemente sciolto a bagnomaria e lasciato raffreddare.

Amalgamiamo a piene mani il composto, fino a ottenere un impasto elastico e morbido che disporremo a lievitare per 2 ore, coperto, in una terrina.

Con un cucchiaio d'acciaio preleviamo il composto a mucchietti e disponiamoli, ben distanziati, su un canovaccio infarinato.

Lasciamo lievitare ancora mezz'ora, poi diamo loro la forma di ciambella.

Friggiamo le ciambelline poche alla volta, da ambo le parti, prelevandole poi con la schiumarola.

Mettiamole a scolare su carta da cucina e serviamole dopo averle rigirate in un abbondante strato di zucchero.

PASSO PASSO

Vuoi vedere questa ricetta **step by step**? Inquadra il QR code

www.cottoecrudo.it

Meraviglie fritte

per 4 persone

250 g di **farina**, 2 **tuorli**, 40 g di **burro**, 75 g di **zucchero**, 1 dl di **acqua**, **sale**, ½ dl di **rum**, **olio** per friggere, **zucchero** a velo

Mettiamo la farina setacciata in una terrina piuttosto ampia e formiamo la fontana.
Al centro disponiamo il sale, lo zucchero, i tuorli, il burro ammorbidito e il rum.

Mescoliamo con cura con un cucchiaio di legno, aggiungendo gradualmente e lentamente l'acqua.
La pasta dovrà essere piuttosto consistente.
Formiamo una palla e lasciamola riposare per circa 3 ore, coperta e a temperatura ambiente.
Infariniamo la spianatoia e stendiamo la pasta a uno spessore di circa 3 mm.
Dalla pasta ritagliamo diverse forme aiutandoci con dei tagliabiscotti; quindi friggiamo in olio bollente.
Lasciamo scolare l'olio in eccesso su carta da cucina, cospargiamo di zucchero a velo e serviamo calde o fredde.

«Il Carnevale non è una festa che si offre al popolo, ma una festa che il popolo offre a se stesso».
Johann W. Goethe

Frittelle di mais

250 g di **farina** di mais, 2 cucchiai di **uvetta**, 2 cucchiai di **zucchero**, la scorza grattugiata di ½ **limone**, 2 **uova**, 1 bicchierino di **rum**, **olio** di semi, **zucchero** a velo per spolverizzare

Mettiamo l'uvetta a bagno in acqua tiepida per qualche minuto, cambiamo l'acqua una volta, poi sciacquiamo e asciughiamo l'uvetta.

Portiamo a bollore 4 dl d'acqua, versiamo a filo la farina e cuociamo per circa 10 minuti.

Facciamo raffreddare, uniamo l'uvetta, 2 cucchiai di zucchero, la scorza grattugiata di ½ limone, le uova e un bicchierino di rum.

Scaldiamo in padella abbondante olio di semi e friggiamo il composto immerso a cucchiaiate.

Facciamo dorare le frittelle da ambo le parti e poi scoliamole su carta da cucina.

Spolverizziamole di zucchero a velo e serviamole ben calde.

La farina di mais, naturalmente senza glutine, ha una grande storia nell'alimentazione italiana se pensiamo a un piatto regionale famosissimo qual è la polenta, ma è utilizzata anche per la preparazione di sformati, tortillas, crêpes, dolci e tante altre ricette.

Frittelle al miele

per 4 persone

½ vasetto di **yogurt** al miele, 1 **tuorlo**, 60 g di **burro**, 80 g di **farina**, **miele** q.b., 50 g di **mandorle** tritate, **zucchero** semolato, **olio** di semi di arachide

Lasciamo ammorbidire a temperatura ambiente il burro, amalgamiamolo al tuorlo leggermente sbattuto e allo yogurt.
Sbattiamo il composto finché diventa cremoso e omogeneo, poi uniamo poco alla volta la farina setacciata e impastiamo il tutto con le mani.

da ricordare: Se l'impasto risultasse troppo appiccicoso aggiungiamo farina.

Avvolgiamo la pasta in un foglio di pellicola trasparente e lasciamolo riposare per 2 ore circa a temperatura ambiente.
Amalgamiamo le mandorle con il miele.
Trasferiamo la pasta sulla spianatoia infarinata, tiriamo la sfoglia e ricaviamone una decina di dischi.
Al centro di ognuno posiamo una piccola quantità di mandorle al miele.
Ripieghiamo i bordi facendoli aderire bene e facciamo rotolare sul palmo delle mani i fagottini ottenuti finché assumono una forma tondeggiante. **Facciamo friggere** le frittelle in abbondante olio, poche per volta, finché non diventano uniformemente dorate.
Trasferiamole su carta assorbente da cucina affinché perdano l'olio eccedente, poi, ancora calde, passiamole nello zucchero semolato.
Lasciamole raffreddare e, poco prima di servire, spolverizziamole nuovamente di zucchero.

Praline di Carnevale

per 4 persone

50 g di **cacao** amaro, 50 g di **burro**, 1 pacco di **biscotti** secchi sbriciolati, 100 g di **zucchero** a velo, 1 tazza di **latte**, 1 bicchierino di **Sherry** o **Vermouth** – **Per decorare: codette** colorate, **farina** di cocco, granella di **nocciole**

Mettiamo in una ciotola i biscotti sbriciolati e aggiungiamo il cacao e lo zucchero. Aggiungiamo anche il burro fuso e il liquore.
Amalgamiamo il tutto e aggiungiamo il latte freddo, mescolando fino a ottenere un impasto compatto.
Con le mani formiamo delle palline.
Passiamone una parte nelle codette, un'altra parte nella granella di nocciole, e un'altra nel cocco.
Sistemiamole su un vassoio come piatto da portata alternando i colori e, prima di servirle, teniamole in frigo per almeno 2 ore.

PER TUTTI I GUSTI

Questi dolcetti si conservano in frigorifero anche per qualche giorno.

Spirali al cacao

50 g di farina di **castagne**, 50 g di **farina** bianca, 25 g di **cacao** dolce, 1 bicchiere (100 ml) di **latte**, 1 **uovo**, 30 g di **zucchero**, 1 cucchiaino di **lievito** in polvere, **sale** fino, **zucchero** a velo, **olio** per friggere

In una ciotola facciamo cadere la farina di castagne e il cacao.
Uniamo la farina bianca, lo zucchero, il lievito e il sale.
Sbattiamo l'uovo e incorporiamolo alle farine mescolando velocemente con la frusta a mano.
Aggiungiamo il latte, poco alla volta, senza smettere di lavorare con la frusta.

Il composto alla fine deve essere denso quindi, se è necessario, uniamo altra farina bianca.
Trasferiamo l'impasto in una tasca da pasticcere a bocchetta grande.
Versiamo l'olio in una padella, portiamolo a calore e friggiamo l'impasto facendolo cadere dalla tasca che premeremo muovendola in cerchi concentrici per formare delle spirali sulla superficie dell'olio.
Facciamo friggere le spirali poche alla volta, 3 minuti per parte.
Scoliamole con un mestolo forato e appoggiamole su fogli di carta da cucina.
Trasferiamole poi su un piatto da portata per spolverizzarle con lo zucchero a velo.

da ricordare

Frittelle ubriache

1 bicchierino di **grappa**, 40 g di **uvetta**, 3 **uova**, 175 g di **zucchero**, la buccia grattugiata di 1 **limone**, 100 g di **farina**, 250 ml di **vino** bianco, 250 ml di succo di **arancia**, 40 g di **mandorle** tritate, 20 g di **fecola** di **patate**, 1 pizzico di **sale**, **strutto** (o olio) per friggere

Ammolliamo l'uvetta nella grappa per almeno 30 minuti.
Sbattiamo a neve ben ferma gli albumi con un pizzico di sale, poi aggiungiamo 75 g di zucchero e la buccia del limone.
Uniamo i rossi d'uovo e mescoliamo delicatamente dal basso verso l'alto incorporando poco alla volta la farina.
Facciamo scaldare abbondante strutto in una padella.
Formiamo con il composto preparato delle palline aiutandoci con due cucchiaini.
Facciamole dorare nello strutto disponendole poi su carta assorbente da cucina e teniamole in caldo.
Prepariamo la salsa versando in un tegamino il vino bianco, il succo d'arancia, lo zucchero rimasto e le mandorle.
Portiamo a ebollizione mescolando in continuazione.
Uniamo alla salsa la fecola sciolta in un poco d'acqua fredda e portiamo di nuovo a ebollizione.
Incorporiamo l'uvetta con il suo liquore e serviamo la salsa assieme alle frittelle calde, ben tamponate dall'unto della frittura.

Ciambelle fritte

per 6 persone

500 g di **patate**, 4 **uova**, 500 g di **farina** bianca, 40 g di **lievito** di birra, 30 g di **zucchero** semolato, 1 bustina di **zucchero** vanigliato, ½ bicchiere di **latte**, 50 g di **burro**, 2 **limoni**, 50 g di **farina** per il piano di lavoro, 100 g di **zucchero** a velo, **sale** fino

Passiamo le patate lessate al passaverdure raccogliendo la purea in una ciotola. Intiepidiamo il latte, versiamolo nella ciotola e uniamo anche il lievito.

Rompiamo le uova in un'altra ciotola e lavoriamole con lo zucchero semolato.

Versiamo sul piano da lavoro la farina setacciata con lo zucchero vanigliato, aggiungiamo le patate e il burro ammorbidito.

Impastiamo e incorporiamo le uova, il latte e la scorza grattugiata del limone fino a ottenere un composto morbido.

Copriamolo con un telo da cucina e lasciamo riposare per 30 minuti.

Preleviamo pezzetti di impasto e realizziamo la classica forma a ciambella.

Procediamo in questo modo sino a esaurimento dell'impasto.

Friggiamo le ciambelle 5 minuti. Quando saranno ben dorate scoliamole con un mestolo forato e trasferiamole su fogli di carta da cucina a perdere l'unto in eccesso.

Prima di servire cospargiamo con zucchero a velo.

tutte le frittelle a base di frutta

Per chiudere in bellezza un pranzo o una cena di festosa cosa c'è di meglio che unire frutta e dessert in un'unica portata golosa, stuzzicante e in tema con la Festa? Ecco allora una serie di idee per preparare frittelle gustose che hanno come ingrediente base la frutta: fresca, secca o in confettura. Anche qui le tradizioni popolari si fondono con la fantasia, la creatività e i gusti più moderni.

Ravioli datteri e noci

per 6 persone

250 g di farina "00", 200 g di mozzarella, 50 g di miele, 25 g di burro, 4 datteri tritati, 4 noci tritate, scorza di 1 arancia grattugiata, scorza di limone grattugiata, 1 cucchiaio di cannella in polvere, abbondante olio per friggere, sale

Setacciamo la farina a fontana su una spianatoia, incorporiamo il burro ammorbidito a temperatura ambiente, una presa di sale e 150 ml d'acqua tiepida. **Lavoriamo fino a ottenere un impasto** liscio e compatto che stendiamo con un mattarello in due sfoglie sottili. **Su un tagliere riduciamo a dadini** la mozzarella, la poniamo in una ciotola e uniamo la scorza degli agrumi, la cannella, le noci e i datteri tritati; amalgamiamo con un cucchiaio di legno. **Distribuiamo il composto** su una delle due sfoglie formando tanti mucchietti ben distanziati tra loro; copriamo con l'altra metà della sfoglia, premiamo con le dita intorno al ripieno e ritagliamo dei raviolini quadrati servendoci di una rotella dentata. **Scaldiamo abbondante olio** in una padella per fritti e, quando sarà bollente, friggiamo i raviolini pochi alla volta; scoliamoli prelevandoli con una schiumarola e adagiamoli su carta assorbente da cucina affinché perdano l'unto in eccesso. **Irroriamoli con il miele** fatto fondere in un tegame e serviamo subito.

da ricordare

Datteri e noci sono la tipica frutta secca avanzata dal Natale, se ne può usare anche altra naturalmente.

Bocconcini di castagne

700 g di **castagne**, 2 foglie di **alloro**, 100 g di **zucchero** semolato, 2 **uova**, 1 cucchiaio di **cacao**, 1 cucchiaino di **cannella** in polvere, abbondante **olio** per friggere, **sale**

Incidiamo le castagne con l'apposito coltellino ben affilato, facciamole bollire in acqua leggermente salata con 2 foglie di alloro, per circa 30 minuti.
Scoliamole, eliminiamo la buccia e la pellicina. Infine, passiamole allo schiacciapatate facendo cadere il composto ottenuto in una ciotola e lasciamolo raffreddare.
Aggiungiamo lo zucchero, la cannella, il cacao, le uova e mescoliamo con un cucchiaio di legno fino a ottenere un composto omogeneo.
Versiamo l'olio in una padella per fritti e portiamolo a temperatura.
Con 2 cucchiaini bagnati, preleviamo un quantitativo d'impasto grande come una noce e tuffiamolo nell'olio bollente; friggiamo per 2-3 minuti, a fiamma media, finché le frittelle cominceranno a dorare.
da ricordare → **Giriamole ogni tanto** con delicatezza.
Per ottenere frittelle gonfie e croccanti, cuociamone poche alla volta.
Una volta prelevate con una schiumarola, poniamole su un foglio di carta assorbente da cucina, in modo che perdano l'unto in eccesso.
Spolverizziamole di cannella e serviamole caldissime.

CON LA FRURRA

Frittelle di prugne e datteri

per 4 persone

200 g di **prugne** secche, 100 g di **datteri**, 4 cucchiai di **farina** "00", 3 cucchiai di **zucchero** semolato, 2 bicchieri di **vino** bianco secco, 70 g di **noci**, 1 cucchiaio di **zucchero** a velo, abbondante **olio** di semi per friggere

Facciamo ammorbidire le prugne in una ciotola con acqua tiepida. Intanto in un'altra ciotola mescoliamo 4 cucchiai di farina con lo zucchero, stemperiamo il composto aggiungendo il vino e sbattiamo con una frusta a mano per evitare che si formino grumi.

Scoliamo le prugne ammorbidite, asciughiamole con carta assorbente, togliamo il nocciolo delicatamente cercando di non romperle.

da ricordare

Preleviamo il nocciolo anche dai datteri. Al posto di questi inseriamo dei gherigli di noce.

Immergiamo la frutta nella pastella. In una padella per fritti portiamo l'olio a temperatura e friggiamo prugne e datteri, pochi alla volta.

Quando le frittelle saranno ben dorate, scoliamole con una schiumarola su un foglio di carta assorbente da cucina perché perdano l'unto in eccesso, quindi serviamole calde.

PASSO PASSO

Vuoi vedere questa ricetta **step by step**? Inquadra il QR code

www.cottoecrudo.it

Mele fritte

50 g di **farina** "00", 2 cucchiai di **fecola**, 1 pizzico di **lievito** in polvere, 1 **uovo**, 1 cucchiaio d'**olio**, 1 cucchiaio di **zucchero** semolato, 1 bicchiere di **latte**, 200 g di **ribes** rosso, 3 cucchiai di **confettura di fragole**, 10 **fragole**, 1 bicchierino di **Cointreau**, 4 **mele** Renette, **olio** per friggere, gherigli di **noce** per decorare

In una ciotola capiente sbattiamo energicamente l'uovo con il latte, l'olio e lo zucchero, utilizzando una frusta a mano.

Uniamo a pioggia la farina setacciata con la fecola e il lievito.

Sbattiamo con la frusta a mano fino a ottenere un composto liscio e senza grumi.

Sbucciamo le mele, eliminiamo il torsolo con l'apposito attrezzo e tagliamole a fette spesse con un coltello.

Portiamo a temperatura l'olio in una pentola per fritti, immergiamo le fette di mela nella pastella e facciamole dorare nell'olio caldo per 2 minuti da una parte e poi dall'altra.

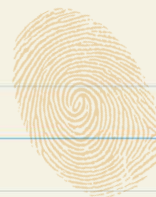
Preleviamo le mele fritte con una schiumarola e facciamole sgocciolare su carta assorbente da cucina.

Riuniamo nel frullatore 100 g di ribes, la confettura di fragole, le fragole, il liquore e riduciamo il tutto in crema.

Serviamo le frittelle cosparse con la salsa rossa, il ribes rimasto e i gherigli di noce.

Il Cointreau è un liquore prodotto in Francia; il suo sapore particolare deriva da un mix tra scorze d'arancia e alcool derivato dalla barbabietola da zucchero.

CON LA FRURRA

Mirtilli fritti

per 4 persone

300 g di **pane** con poca crosta, 2 **uova**, 100 g di **mirtilli**, 500 ml di **latte**, 50 g di **farina** "00", 50 g di **zucchero** semolato, **olio** di semi per friggere

Su un tagliere riduciamo il pane a pezzetti piccoli, trasferiamolo in una ciotola capiente e facciamolo ammorbidire nel latte per 30 minuti. **Scoliamolo e strizziamolo** leggermente, in modo che trattenga una parte del latte di cui è imbevuto. **Rimettiamolo nella ciotola**, uniamo le uova, la farina setacciata e amalgamiamo con un cucchiaio di legno fino a ottenere un composto uniforme. **Laviamo e puliamo i mirtilli**, schiacciamone una parte con una forchetta, uniamoli tutti al composto incorporando lo zucchero; mescoliamo e lasciamo riposare per 10 minuti. **Portiamo a temperatura l'olio** in una padella per fritti capiente e antiaderente e versiamo il composto a cucchiaiate. **Quando le frittelle saranno dorate**, scoliamole con una schiumarola su carta assorbente da cucina e serviamole subito, ben calde

Anche queste frittelle si possono spolverizzare con zucchero a velo.

Spiedini di frutta fritta

per 4 persone

8 grosse **fragole**, 8 **mandarinetti** cinesi, 16 grossi acini d'**uva**, 2 **kiwi**, 125 g di **farina** "00", 1 cucchiaio di **zucchero** a velo, 1 cucchiaio di **olio** di oliva, 150 ml di **birra** chiara, 2 **albumi**, abbondante **olio** di semi di arachide, **sale**

Mettiamo la farina in una ciotola, uniamo l'olio di oliva e un cucchiaio di zucchero a velo, poi, poco per volta, mescolando con una frusta, aggiungiamo la birra.

Montiamo gli albumi a neve ben soda con un pizzico di sale, quindi incorporiamoli delicatamente alla pastella.

Laviamo e asciughiamo bene tutta la frutta, sbucciamo e tagliamo il kiwi a fette.

da ricordare

Infilziamo uno a uno i frutti con uno spiedino di legno e immergiamoli nella pastella.

Portiamo a temperatura l'olio in una padella per fritti, tuffiamo gli spiedini e friggiamoli fino a doratura da ambo i lati.

Scoliamoli con una schiumarola e appoggiamoli su carta assorbente da cucina per asciugarli. Trasferiamoli su un piatto e serviamoli ben caldi.

Possiamo usare anche una mela, spicchi di arancio o altra frutta ben soda.

Frittelle di castagne

per 4 persone

150 g di **farina** "00", 50 g di **farina di castagne**, 200 g di **castagne**, 100 g di **ricotta**, 30 g di **pinoli** tritati, 120 g di **burro**, 150 g di **zucchero** semolato, 3 **uova** + 1 **tuorlo**, abbondante **olio** per friggere

In una ciotola setacciamo le due farine, uniamo le uova, il burro, 30 g di zucchero e lavoriamo il composto fino a ottenere un impasto omogeneo ed elastico; copriamo con pellicola trasparente e facciamo riposare per 30 minuti.

Incidiamo la buccia delle castagne e lessiamole in una casseruola con abbondante acqua per 40 minuti, scoliamole, sbucciamole e frulliamole in un robot da cucina, fino a ottenere una purea.

In una ciotola riuniamo la purea di castagne con il tuorlo, la ricotta, lo zucchero rimasto, i pinoli tritati e lavoriamo l'impasto con un cucchiaio di legno.

Su una spianatoia stendiamo la pasta con un mattarello e ricaviamo dei fiori (o delle stelle) con una formina da biscotti sagomata.

Mettiamo al centro di ogni fiore un cucchiaino di ripieno alle castagne, sovrapponiamo un altro fiore di pasta e sigilliamo bene i bordi con le dita.

Scaldiamo in una padella per fritti abbondante olio e, quando raggiungerà il calore, immergiamoci poche frittelle alla volta, doriamole su entrambi i lati, sgoccioliamole con una schiumarola e passiamole su carta assorbente da cucina.

Serviamo calde o fredde a piacere.

Frittelle di pera

per 4 persone

4 **pere**, 50 g di **zucchero** semolato, 50 ml di **latte**, 1 ciotola di **pangrattato**, 2 cucchiai di **farina** "00", **olio** di semi, 2 **uova**, **sale**

Per la salsa: 1 **uovo**, 1 cucchiaio di **zucchero** a velo, 1 bicchiere di **Vin Santo**

In una ciotola sbattiamo le uova sgusciate con una frusta, aggiungiamo la farina setacciata e mescoliamo con un cucchiaio di legno fino a ottenere un impasto piuttosto denso e senza grumi.

Uniamo il latte freddo a filo, lo zucchero e un pizzico di sale.

Sbucciamo le pere e ricaviamo dalla polpa delle piccole sfere con un cucchiaio; infariniamole, passiamole nella pastella poi nel pangrattato disposto in una ciotola.

In una padella antiaderente scaldiamo l'olio fino a 170 °C, quindi friggiamo le frittelle di pera, fino a dorarle su ogni lato.

Scoliamole e asciughiamole con cura passandole su carta da cucina.

Prepariamo ora la salsa mettendo in un tegame lo zucchero a velo, l'uovo sgusciato e il Vin Santo e mescolando a bagnomaria fino a ottenere uno zabaione.

Disponiamo nel centro di ogni piatto un leggero strato di crema allo zabaione e disponiamoci sopra le frittelle di pera.

Per fare le palline di polpa di pera può essere utile usare un porzionatore di gelato

Frutta caramellata

per 4 persone

4 fette di **ananas**, 1 **mela** verde, 2 **banane**, 300 g di **farina**, 2 **albumi**, 300 g di **zucchero**, 3 cucchiai di semi di **sesamo**, **olio** per friggere, **sale**

Versiamo la farina in una ciotola con un pizzico di sale e uniamo acqua fredda fino a ottenere una pastella cremosa e densa. Lasciamola riposare 1 ora in un luogo tiepido.
Sbucciamo le fette di ananas, la mela e tagliamoli a pezzetti; tagliamo a fette le banane. Infiliamo i pezzi di frutta, alternati, su spiedini di legno corti, calcolando di realizzare 8 spiedini.
Montiamo a neve ben ferma gli albumi e mescoliamoli con delicatezza alla pastella.

da ricordare

Scaldiamo in una padella l'olio. Immergiamo gli spiedini di frutta nella pastella e friggiamoli pochi per volta. Appena sono dorati, estraiamoli e lasciamoli scolare su carta da cucina.
Prepariamo il caramello, mettendo in un pentolino lo zucchero con 4 cucchiai d'acqua e lasciandolo imbiondire, senza mescolare.
Appena il caramello diviene biondo chiaro, togliamolo dal fuoco e versiamolo sugli spiedini già scolati su carta da cucina, quindi cospargiamo a piacere con semi di sesamo.
Prima di servire lasciamo indurire il caramello per 2-3 minuti.

PASSO PASSO
Vuoi vedere questa ricetta **step by step**? Inquadra il QR code

www.cottoecrudo.it

Banane fritte alla cannella

6 grosse **banane**, **olio** per friggere, 250 g di **farina** bianca, 250 g di **birra**, 2 **uova** e 2 **albumi**, 50 g di **zucchero** semolato, **sale**
Per la salsa: 200 g di **zucchero** semolato, 50 g di **rum**, **cannella** in polvere

Lavoriamo le uova con la farina, lo zucchero e un pizzico di sale; stemperiamo con la birra fino a ottenere un composto piuttosto denso. **Incorporiamo gli albumi** montati a neve ben ferma con un pizzico di sale. **Lasciamo riposare** la pastella per circa 30 minuti. **Intanto sbucciamo le banane** e tagliamole a fette per il lungo, più qualche rondella. **Riscaldiamo l'olio** in una padella e immergiamoci le banane, poche alla volta, dopo averle passate nella pastella. Mano a mano che vengono pronte, sgocciolamole e teniamole in caldo. **Prepariamo anche la salsa** facendo bollire lo zucchero con 100 g d'acqua fino a quando diviene sciropposo e leggermente caramellato. Aggiungiamoci il rum e la cannella a piacere, quindi spegniamo subito il fuoco. **Irroriamo le frittelle** con la salsa e serviamole calde.

Frittelle nere

per 4 persone

200 g di **farina** "00", 150 g di **cacao** in polvere, 4 **mele**, 4 **limoni**, 3 **uova**, **latte** q.b., 2 cucchiai di **zucchero** semolato, 1 bustina di **vanillina**, 1 cucchiaio di **limoncello** o **rum**, **olio** per friggere

Trasferiamo la farina setacciata in una ciotola capiente e aggiungiamo il cacao e la vanillina. Versiamo tanto latte quanto basta a ottenere una pastella liscia, leggermente densa.

Aggiungiamo le uova e, in base ai gusti, un cucchiaio di limoncello o di rum.
Sbucciamo le mele e grattugiamole a grossi pezzi o tritiamole con un coltello, poi incorporiamole alla pastella. Aggiungiamo anche lo zucchero e la scorza grattugiata di 2 limoni, amalgamiamo con un cucchiaio di legno e lasciamo riposare in frigo per 30 minuti.
Facciamo scaldare l'olio in una padella per fritti e tuffiamo il composto a cucchiaiate. Facciamo friggere su entrambi i lati fino a ottenere frittelle gonfie e croccanti.
Estraiamole con una schiumarola, trasferiamole su carta da cucina, profumiamole con la scorza grattugiata degli altri 2 limoni e serviamo.

Per rendere ancora più "nere" queste frittelle invece del cacao in polvere possiamo far sciogliere a bagnomaria del cioccolato extra fondente.

Delizie alle prugne

per 4 persone

16 **prugne** secche, 125 g di **farina**, 200 ml di **vino** bianco dolce, 15 g di **burro**, **sale**, 16 **mandorle**, 80 g di **cioccolato** fondente, 2 **uova**, 40 g di **zucchero**, **olio** per friggere, **zucchero a velo** (se si vuole).

da ricordare

Riempiamo una ciotola con acqua tiepida, immergiamoci le prugne e, quando si saranno ammorbidite, estraiamole e asciughiamole con cura.
Inseriamo una mandorla al centro di ciascun frutto.
In un contenitore a parte amalgamiamo la farina con il vino, il burro fuso, il cioccolato grattugiato e un pizzico di sale. Separiamo i tuorli dagli albumi e incorporiamo i primi all'impasto.
Aggiungiamo lo zucchero, amalgamiamo e facciamo riposare il composto per mezz'ora circa coperto da un canovaccio.

Montiamo gli albumi a neve ben ferma e, quando sarà trascorso il periodo di riposo, uniamoli all'impasto con movimenti delicati.
Passiamo le prugne nella pastella ottenuta, quindi friggiamole in abbondante olio fino a ottenere un colorito dorato.

Scoliamo le frittelle e poniamole su carta assorbente da cucina prima di servirle.

Frittelle dolci di zucca

per 6 persone

500 g di polpa di **zucca**, 270 g di **farina**, 3 **uova**, 150 g di **zucchero**, 8 g di **lievito** per dolci, 2 **arance** (scorza), **cannella** in polvere q.b., **olio** per friggere, **zucchero** a velo (per spolverizzare)

da ricordare

Mondiamo la zucca privandola della scorza e dei semi. Tagliamola a pezzetti e cuociamola in forno avvolta da carta stagnola o, in alternativa, a vapore.
Quando sarà morbida, riduciamola in purea con il passaverdura o con il mixer.
Uniamo lo zucchero, le uova, la scorza delle arance grattugiata e un pizzico di cannella in polvere, quindi amalgamiamo il tutto.
Setacciamo la farina insieme al lievito e uniamola al composto. Se la zucca dovesse essere molto acquosa, uniamo altra farina.
Lavoriamo tutti gli ingredienti fino a ottenere un composto omogeneo e liscio.
Scaldiamo l'olio e facciamo cadere l'impasto a cucchiaiate direttamente nella padella.
Rigiriamo spesso i dolcetti fino a quando saranno ben gonfi e avranno un colorito dorato.
Estraiamo le frittelle con una schiumarola e adagiamole su carta assorbente.
Spolverizziamo con zucchero a velo prima di servire.

La zucca è un ortaggio dolce e gustoso, fonte di elementi nutritivi importanti e adatto anche a chi segue una dieta dimagrante; come tutti gli ortaggi di colore arancione, è ricca di beta-carotene importante per la formazione della vitamina A.

Frittelle di mele e uvetta

per 6 persone

650 g di **mele**, 400 g di **farina** bianca, 150 g di **latte**, 120 g di **zucchero** semolato, 2 **uova**, 100 g di **uvetta**, 1 **arancia**, 1 **limone**, 1 bustina di **lievito** in polvere, **zucchero** a velo, **rum**, **olio** per friggere, **sale**

Mettiamo l'uvetta in ammollo in acqua tiepida.
Lavoriamo quindi nell'impastatrice (con frusta per impasti morbidi) la farina e il lievito setacciati insieme e un pizzico di sale, la parte gialla grattugiata della scorza di 1 limone accuratamente lavato, il succo di ½ arancia filtrato, 2 cucchiai di rum, le uova e, infine, il latte versato a filo poco per volta.
È necessario ottenere una pastella omogenea e semidensa
Incorporiamo alla fine anche l'uvetta ben scolata e asciugata e le mele, sbucciate e ridotte a tocchetti regolari.
Preleviamo l'impasto a cucchiaiate e tuffiamolo poco per volta direttamente in abbondante olio caldo a 170 °C circa.
Estraiamo le frittelle quando sono ben dorate utilizzando una schiumarola per non romperle e passiamole a sgocciolare su un foglio di carta da cucina.
Disponiamole poi sul piatto da portata, spolverizziamo di zucchero a velo e serviamo subito ben calde.

CON LA FRURRA

Caramelle all'arancia

per 4 persone

200 g di **farina** "00", 60 g di **zucchero** semolato, 2 **uova**, **colorante** alimentare arancio,
Per la farcia: 300 g di **albicocche** secche, 50 g di **mandorle** sgusciate, 50 g di gherigli di **noce**, 4 **amaretti**, 4 cucchiai di **latte**, 2 cucchiai di succo **d'arancia**, **olio** di semi

Setacciamo la farina e disponiamola a fontana su una spianatoia.
Poniamo al centro le uova, lo zucchero, un pizzico di sale e poche gocce di colorante arancio.
Lavoriamo prima con una forchetta, poi con le mani fino a ottenere un impasto liscio ed elastico.
Copriamo con pellicola trasparente e facciamo riposare in frigo per 30 minuti.
Prepariamo ora la farcia riunendo in un recipiente graduato le albicocche, le noci, le mandorle e gli amaretti e tritando tutto con un mixer.
Trasferiamo in una ciotola il trito, uniamo il latte, il succo d'arancia e amalgamiamo.
Dopo il riposo stendiamo la pasta allo spessore di 5 mm, ritagliamo delle strisce sottili e poniamo dei mucchietti di farcia a 8 cm circa di distanza l'uno dall'altro.
Ritagliamo dei quadrati, ripieghiamo la pasta sulla farcia, sigilliamo i bordi e formiamo così le caramelle.
Scaldiamo abbondante olio di semi in una casseruola e friggiamo poche per volta le caramelle.
Lasciamole scolare su carta assorbente da cucina e finalmente potremo servirle.

da ricordare

Possiamo farcire le "caramelle" con ciò che più ci piace o con quello che abbiamo in casa: Nutella, crema al cioccolato, confetture, marmellate oppure, perché no, mostarda...

Frittelle del bosco

200 g di **pancarrè**, 1 bicchiere di **latte**, 200 g di **frutti di bosco** (**fragoline**, **lamponi**, **ribes**, **mirtilli**), 1 **uovo**, 2 cucchiai di **zucchero** semolato + quello per spolverizzare la frutta, 2 cucchiai di **farina** "00", ½ dl di **olio** di semi

Spezzettiamo il pancarrè, dopo avergli levato la crosta e lasciamolo a bagno con un bicchiere di latte.

Laviamo e sciacquiamo i frutti di bosco, cospargiamoli con lo zucchero e lasciamoli macerare.

Mettiamo il latte con il pancarrè in una terrina e schiacciamolo con una forchetta.

Poi uniamo l'uovo, lo zucchero e la farina setacciata, amalgamiamo fino a ottenere un composto denso e fluido al tempo stesso.

Immergiamoci i frutti di bosco e mescoliamo a fondo ma delicatamente.

Scaldiamo l'olio in una padella e friggiamo il composto a cucchiaiate, scoliamo le frittelle su carta da cucina e serviamole calde.

I frutti di bosco (fragoline, lamponi, more, ribes, mirtilli rossi e neri) sono molto versatili in cucina e si adattano a molte preparazioni. Ottime infatti le marmellate, i gelati, le gelatine e le creme per guarnire pasticcini e torte.

CON LA FRURRA

Bigné di banane

per 4 persone

350 g di **farina**, 1 **uovo**, 20 g di **lievito**, 200 g di **zucchero**, 5 **banane**, 60 g di **fecola** di patate, 40 g di semi di **sesamo**, 0,5 l di **olio** di arachidi, **sale**

Mescoliamo con un cucchiaio in una ciotola la farina, l'uovo, il lievito, la fecola di patate, un pizzico di sale con circa 2,5 dl di acqua fino a ottenere una pastella liscia e omogenea.
Lasciamo riposare 10 minuti.
Sbucciamo le banane ben mature e tagliamole a tronchetti di circa 3 cm.

Passiamole nella pastella e immergiamole nell'olio di arachidi ben caldo.
Lasciamole friggere per circa 5 minuti a fuoco moderato finché i bignè non diventeranno gonfi e dorati.
Prepariamo il caramello in una padella antiaderente lasciando cuocere lo zucchero con circa 1 dl di acqua; quando comincia a colorarsi aggiungiamo il sesamo e subito dopo coliamolo sui bignè.
Quando sono ben ricoperti con semi di sesamo serviamoli caldi e croccanti.

da ricordare

A seconda dei gusti possiamo cospargere i bignè con semi di papavero o con scaglie di mandorle.

Panzerotto di mele

per 4 persone

400 g di **farina** "00", 150 g di **burro**, 200 g di **zucchero** semolato, 2 **uova**, 3 **mele**, 1 **limone**, **cannella** in polvere, 40 g di **uva** sultanina, 60 g di **savoiardi**, 2 bicchieri di **olio** di arachidi, 1 busta di **zucchero** a velo vanigliato

Prepariamo la pasta lavorando velocemente la farina, metà zucchero, il burro fuso lasciato raffreddare e le uova precedentemente sbattute con una presa di sale. Lavoriamo fino a ottenere un impasto compatto e privo di grumi.

Formiamo una palla e facciamola riposare avvolta in un tovagliolo per una mezz'ora.

Sbucciamo le mele, grattugiamole, spruzziamole con il succo del limone, poi uniamo il resto dello zucchero, la cannella, l'uvetta e i savoiardi pestati.

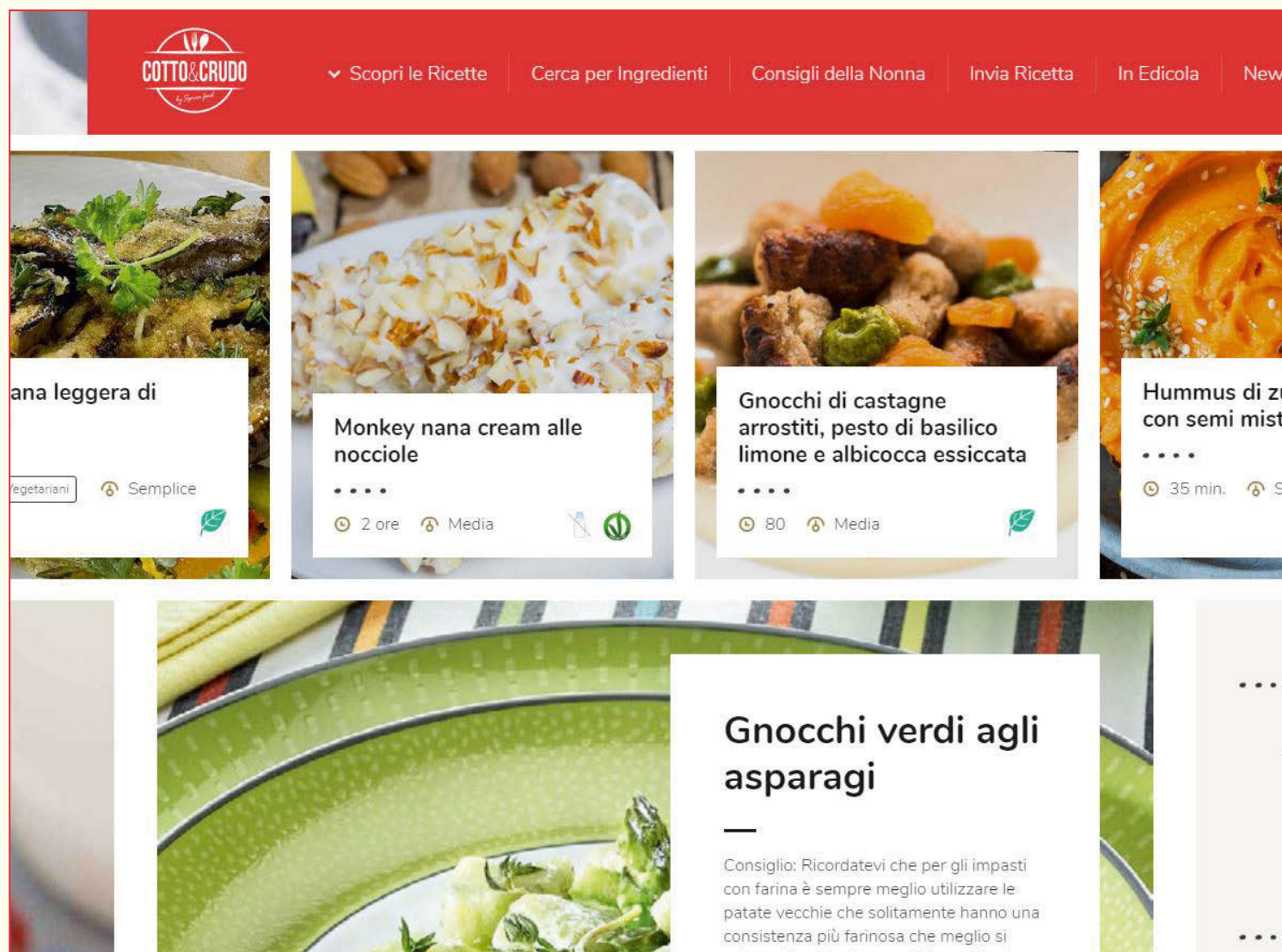
Riprendiamo ora la pasta e spianiamola sottile. Mettiamo sulla sfoglia il ripieno a cucchiaiate ben distanziate una dall'altra, quindi ritagliamo la pasta attorno ai mucchietti e ripieghiamola sul ripieno, formando delle mezzelune.

Sigilliamo bene i bordi inumidendoli con un po' di acqua.

Friggiamo i panzerotti nell'olio bollente e serviamoli caldi, cosparsi di zucchero a velo vanigliato.

La mela Golden è facilmente riconoscibile per il suo caratteristico colore giallo e il sapore molto dolce La Renetta, dal colore verde-giallo con puntini marroni, ha un gusto acidulo che, comunque, durante la cottura si disperde.

Cottoecrudo.it

Atterra in rete il nuovo sito di cucina con tante ricette e tante funzioni innovative che ne facilitano l'utilizzo, che permette di scegliere i piatti da fare secondo gusti e esigenze onnivore, vegetariane, vegane e per intolleranti a glutine e lattosio. Scopri quanti nuovi piatti originali puoi realizzare e diventa protagonista caricando le tue creazioni culinarie!

Cottoecrudo.it, il nuovo portale di SpreaFood è innovativo perchè:

- *Ogni giorno pubblica nuovi contenuti provenienti dal grande archivio delle nostre riviste*
- *Puoi cucinare le ricette presenti passo-passo grazie all'innovativo sistema di lettura*
- *Puoi pubblicare le tue ricette e condividerle con una community appassionata di oltre mezzo Milione di persone*
- *Puoi filtrare le tue ricerche per cucina vegana, vegetariana, senza glutine e senza latte*
- *Puoi creare il tuo profilo personale, ottenere followers e confrontarti con i grandi Chef*
- *Stampa, salva, vota o condividi con facilità le ricette presenti*

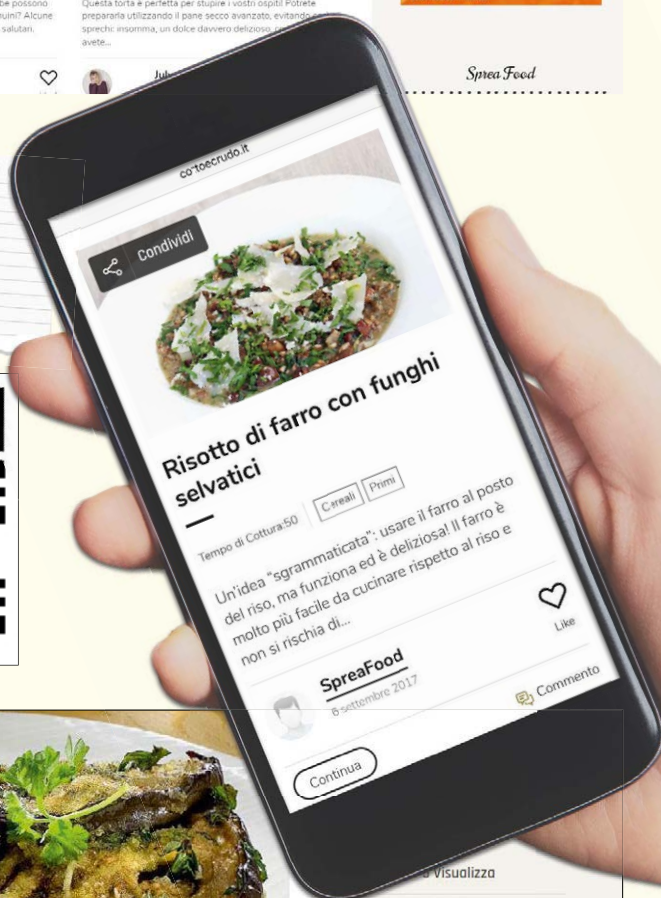
Ti senti uno Chef?

Partecipa alla vita della community pubblicando le tue ricette.

Tutti i post di July

Torta integrale alle erbe selvatiche

Torta di pane al Braulio

Scansiona il QRcode per accedere direttamente al sito.

Risotto di farro con funghi selvatici

Un'idea "sgrammaticata": usare il farro al posto del riso, ma funziona ed è deliziosa! Il farro è molto più facile da cucinare rispetto al riso e non si rischia di...

Parmigiana leggera di verdure

Ingredienti

200 gr Peperoni rossi

200 gr Peperoni gialli

300 gr Melanzane

200 gr Taccole

Nel prossimo numero

PASTA FRESCA

**BONTÀ, GUSTO E GENUINITÀ DOLCE E SALATA.
TANTE RICETTE ALLA SCOPERTA DEL FATTO IN CASA
SECONDO IL RICETTARIO DELLA NONNA.**

IL NUMERO DI APRILE/MAGGIO SARÀ IN EDICOLA IL 15 MARZO

Cucina tradizionale

Bimestrale- prezzo di copertina 3,90 €
Via Torino, 51 20063 Cernusco sul Naviglio - Tel. 02924321

Direttore responsabile: Luca Sprea

Cigra S.r.l.
Socio Unico
Amministratore unico: Luca Sprea

Hanno collaborato a questo numero: Guido Giraudo (testi e box) - Studio Agnus (foto e ricette) - Paola Cappa (foto e ricette) - Laura Tiso (foto e ricette) - Elisabetta Maccario (ricette) - Blulime (foto e ricette) - Giuseppe Pisacane (foto) - Chiara Pallotti (foto e ricette) - ©istockphoto - ©adobestock

Cigra S.r.l. fa parte del gruppo Sprea ed è sotto la direzione e il controllo di Gestione Editoriale S.p.A.

Sprea S.p.A.
CDA: Luca Sprea (Presidente), Mario Sprea, Claudio Rossi (pubblicità e marketing), Andrea Franchini (responsabile qualità editoriale)
Art Director: Silvia Taietti

FOREIGN RIGHTS
Gabriella Re: tel. 0292432262 - international@sprea.it

PUBBLICITÀ
Segreteria Marketing: Emanuela Mapelli - Tel. 0292432244 - pubblicita@sprea.it

ABBONAMENTI E ARRETRATI
Abbonamenti: si sottoscrivono on-line su www.sprea.it/cucinatradizionale
Mail: abbonamenti@myabb.it
Al telefono senza addebiti allo 0287168197 (lun-ven / 9:00-13:00 e 14:00-18:00)
Fax: 02 56561221
Il prezzo dell'abbonamento è calcolato in modo etico perché sia un servizio utile e non in concorrenza sleale con la distribuzione in edicola.

Arretrati: si acquistano on-line su www.sprea.it
Mail: abbonamenti@myabb.it
Fax: 02 56561221
Tel: 02 87189093 (lun-ven / 9:00-13:00 e 14:00-18:00)
www.sprea.it

SERVIZIO QUALITÀ EDICOLANTI E DL
Sonia Lancellotti: tel. 0292432295 - distribuzione@sprea.it

Registrazione testata: Cucina tradizionale pubblicazione registrata al Tribunale di Milano il 11/03/08 con il numero 174 da Cigra S.r.l.
Sede legale Via Torino, 51- 20063 Cernusco sul Naviglio

Distributore per l'Italia :
Press-Di Distribuzione stampa e multimedia s.r.l. 20090 Segrate
ISSN: 1974-1537

Distributore per l'Estero : SO.DI.P S.p.A. Via Bettola, 18 - 20092 Cinisello Balsamo (MI)
Tel. +390266030400 - Fax +390266030269 - sies@sodip.it - www.sodip.it

Stampa: Arti Grafiche Boccia S.p.A.- Salerno

Copyright Cigra S.r.l.

La Cigra S.r.l. è titolare esclusiva della testata Cucina tradizionale e di tutti i diritti di pubblicazione e di diffusione in Italia. L'utilizzo da parte di terzi di testi, fotografie e disegni, anche parziale, è vietato. L'Editore si dichiara pienamente disponibile a valutare - e se del caso regolare - le eventuali spettanze di terzi per la pubblicazione di immagini di cui non sia stato eventualmente possibile reperire la fonte. Informativa e Consenso in materia di trattamento dei dati personali (Codice Privacy d.lgs. 196/03). Nel vigore del D.Lgs 196/03 il Titolare del trattamento dei dati personali, ex art. 28 D.Lgs. 196/03, è Cigra S.r.l. con sede legale in Via Senato, 18 20121 Milano. La stessa La informa che i Suoi dati, eventualmente da Lei trasmessi alla Cigra S.r.l, verranno raccolti, trattati e conservati nel rispetto del decreto legislativo ora enunciato anche per attività connesse all'azienda. La avvisiamo, inoltre, che i Suoi dati potranno essere comunicati e/o trattati (sempre nel rispetto della legge), anche all'estero, da società e/o persone che prestano servizi in favore della Cigra S.r.l. In ogni momento Lei potrà chiedere la modifica, la correzione e/o la cancellazione dei Suoi dati ovvero esercitare tutti i diritti previsti dagli artt. 7 e ss. del D.Lgs. 196/03 mediante comunicazione scritta alla Cigra S.r.l. e/o direttamente al personale Incaricato preposto al trattamento dei dati. La lettura della presente informativa deve intendersi quale presa visione dell'Informativa ex art. 13 D.Lgs. 196/03 e l'invio dei Suoi dati personali alla Cigra S.r.l. varrà quale consenso espresso al trattamento dei dati personali secondo quanto sopra specificato. L'invio di materiale (testi, fotografie, disegni, etc.) alla Cigra S.r.l. deve intendersi quale espressa autorizzazione alla loro libera utilizzazione da parte di Cigra S.r.l. Per qualsiasi fine e a titolo gratuito, e comunque, a titolo di esempio, alla pubblicazione gratuita su qualsiasi supporto cartaceo e non, su qualsiasi pubblicazione (anche non della Cigra S.r.l.), in qualsiasi canale di vendita e Paese del mondo.

Il materiale inviato alla redazione non potrà essere restituito.

Prezzo estero: LU € 6,90 - PT (Cont.) € 6,90 - BE € 7,00 - ES € 7,00 - FR-MC € 8,50 - AT € 8,90 - DE € 8,90 - CH Fr. 9,50 - CH Ticino fr. 8,90